

# NUOVA ATLETICA DAL FRIULI

4

ANNO I - N. 4 - L. 400

Supplemento a Spes Friuli - Bimestrale - Direttore responsabile Luciano Romano - Reg. Trib. Udine N. 256 del 16-4-70 - Sped. abb. post. Gr. II - Pubbl. Inf. 70%

**i caratteri  
del gruppo  
sportivo**



**«piste  
e pedane»  
notiziario  
regionale**

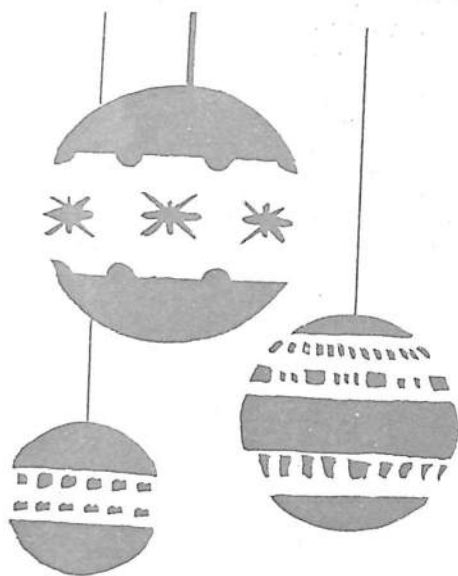


**il confronto:  
del forno  
akhmyetov**

**marcia:  
lugano  
ultima trincea?**

«... La gioia della competizione,  
la volontà di competere  
ed il riconoscimento  
della competizione  
sono i fondamenti dello sport.  
Senza volontà di competere  
nessuna società può avanzare,  
senza agonismo  
non vi è progresso.  
Ciò vale per tutti i campi  
della vita di uno Stato,  
dunque anche per lo sport  
e per le stesse componenti sociali  
da cui emergono quelle forze che,  
da qualche tempo,  
conducono una campagna  
contro l'agonismo sportivo ... ».

(Dal discorso del Ministro Genscher alla sessione  
della Società Olimpica della Repubblica Federale Te-



*la redazione  
augura a tutti liete feste*

## NUOVA ATLETICA DAL FRIULI

### SOMMARIO

- 1 I « caratteri » del gruppo sportivo di di Furio Corosu
- 2 Periodizzazione nell'allenamento dei decatleti austriaci di Gunter Bernhard
- 4 L'adattamento nella psicologia dello sport di F. Antonelli e A. Mascellani
- 6 Un uomo nuovo per le prove multiple
- 7 Campionati italiani libertas
- 15 L'autunno porta consiglio alla FIDAL di Ugo Cauz
- 16 A chi dava fastidio?  
Attività indoor 1974  
Campionato italiano Staffette a Milano
- 17 Piste e pedane notiziario regionale
- 21 Modificazioni riscontrate sugli intervalli del ventricolo sinistro in conseguenza dell'allenamento d'endurance di Jack F. Wiley
- 24 Tuttomarcia: Lugano ultima trincea? L'Italia è grande e Pamich il suo profeta
- 25 Inchiesta sulla marcia
- 27 Verifica della condizione fisica del saltatore in lungo di Sergio Zanon
- 30 Il confronto: Enzo Del Forno - Rustam Akhmyetov di Ugo Cauz
- 32 Parla il primatista
- 33 La partenza in piedi dei proff. D. Ionov e G. Cernjaev
- 34 Ultimo impegno stagionale
- 35 Classifiche stagionali italiane
- 36 Classifiche del Trentino Alto Adige

#### DIRETTORE RESPONSABILE:

LUCIANO ROMANO

#### HANNO COLLABORATO:

VANIN MIRELLA  
ZUPAN PIERO  
FRANZOLINI GIOVANNI  
CAUZ UGO  
COROSU FURIO  
DANNISI GIORGIO  
DEGANO FRANCA  
VALENT ENNIO

#### ABBONAMENTI:

6 NUMERI ANNUALI  
L. 2.000  
DA VERSARSI  
CON VAGLIA POSTALE  
INTESTATO A:

VALENT ENNIO  
NUOVA ATLETICA  
VIA AQUILEIA 22/3  
33100 UDINE

tipografia:  
luigi chiandetti - reana del roiale (udine)



# i «caratteri» del gruppo sportivo

di FURIO COROSU

Molto spesso ci si accorge che l'essere in «forma» non dipende esclusivamente dallo svolgimento di un determinato programma, che si attiene a dati strettamente scientifici, ma da una serie di circostanze più o meno importanti che coinvolgono l'atleta all'interno e al di fuori del gruppo sportivo.

Per capire il rapporto che l'atleta instaura con il suo gruppo d'interesse e con il resto della società bisogna far appello ai principi della psicologia sociale, che studia appunto i problemi dell'individuo in un determinato contesto ed il conseguente fenomeno di massa.

L'aiuto della psicologia, spesso teoria lontana ed astrusa, può essere determinante solo se applicata con cognizione di causa ed in completa collaborazione con l'interessato. Spesso si è assistito in campo sportivo a ricerche, che pur essendo di validità estrema non hanno dato all'ambiente nessun beneficio, solamente perché la collaborazione tra le parti non è mai stata cercata, contribuendo a chiudere nelle loro ricerche gli analisti e nella loro scetticità gli interessati.

Per quanto in questi ultimi tempi i tentativi si siano moltiplicati le parti sono ancora distanti da quell'affiatamento necessario ad una proficua analisi destinata a rimuovere annosi blocchi.

I problemi e le pratiche delle psicologie (1) sono ormai noti nelle loro linee essenziali anche a quanti non hanno interessi precisi nella materia; riviste, giornali di ogni tipo, i mass-media in genere, propagandano e mescolano continuamente stralci di scientificità e intuizioni cabalistiche. Il messaggio originale di questa scienza alla sua platea non è stato distorto, ma semplicemente inventato.

L'importanza di simili argomentazioni hanno provocato una mera speculazione informativa pseudo-psicologica, che trova una sua ragione nella carente didattica informativa della scienza stessa.

Sfruttando l'apparente semplicità della psicologia della percezione o accomodanti esemplificazioni sulla psicanalisi, tutti si sono sentiti in grado, se non in dovere, di e-

sercitare la funzione di psicologo. I problemi sono ora circoscritti all'importanza della comunicazione e alla sua provata scientificità (?), perché è assurdo creare da ogni sporadico caso una teorizzazione avallante e soprattutto spacciare semplici riflessioni per radicate ricerche. La psicoanalisi è la psichiatria hanno innumerevoli problemi interni, provocati sia dagli incontri con altre scienze che dalla caduta di teorie assurde a dogmi, ma questo non autorizza a comportarsi con leggerezza nei loro riguardi.

## L'atleta: dalla società al gruppo sportivo

Nell'intento di analizzare i maggiori rapporti che intercorrono tra l'individuo e la società o più specificatamente tra atleta e gruppo è necessario qualche cenno chiarificante.

Il gruppo sportivo in termini di analisi corrisponde ad uno dei tanti «gruppi d'interesse» che formano la società. Nei gruppi d'interesse i componenti sono volontari ed hanno un fine in comune, ma non è necessario che si conoscano. Spesso la ricerca del fine e talmente importante che gli interessati giudicano ogni iniziativa che viene dal di fuori, come qualcosa di minoritario, e considerano le altre cose attraverso o in funzione del loro scopo. La forma di associazione diviene deviante quando l'intransigenza tra scopi ed individui è tale da escludere ogni altro interesse, sino a giungere al «settarismo». L'individuo trova nel suo gruppo una conferma alle proprie idee da cui deriva una gratificazione ed un conseguente investimento emotivo sull'ambiente e i suoi fini. L'organismo è un'entità biologica le cui attività interne tendono verso un rapporto di equilibrio, per conservare queste funzioni e mantenere l'equilibrio l'individuo si rivolge all'ambiente impegnandosi con esso in continui scambi.

Questo rapporto si chiama «interazione» ed è il fenomeno principale sia tra individuo e gruppo che tra gruppi diversi. Sono però i rapporti tra i singoli a dare vita al fenomeno, perché l'interazione diretta non ha surrogati. Tutti i rap-

porti sociali, di cooperazione, di sospetto, di avversione e tutte le azioni collettive sono prodotti d'interazione tra i singoli.

Il gruppo d'interesse è quindi diretta conseguenza dell'interazione psicologica. La controprova a questa affermazione è che le proprietà di un gruppo non sono identiche né alle proprietà dei singoli né alle loro motivazioni; proprio perché corrispondono alle modalità d'interazione tra i diversi componenti. La psicologia sociale considera l'individuo in due funzioni, quella relativa all'io che è un'organizzazione di dati che appartengono all'organismo e sono distinti dall'ambiente e quella del Sé che si forma con l'interazione tra l'io e l'ambiente.

Quindi ora si possono individuare le causali del gruppo sportivo; le maggiori correnti psico-sociologiche ne hanno rilevate tre, che si basano sui caratteri del Sé.

- 1) Il semplice bisogno del contatto umano, anche senza la necessità di mettersi in diretta relazione; tutto questo non avviene esclusivamente sotto la forma della coesistenza, ma anche nella stessa contesa con l'avversario, (lo si può vedere negli sport dove il contatto fisico fa parte delle regole del gioco, come lo judo, la lotta ed il pugilato).
- 2) La ricerca del gruppo quale sorgente di contatti d'integrazione, con obiettivi comuni.
- 3) La tendenza a cercare il contatto con il gruppo e nel medesimo tempo con tutta la società, attraverso quello che lo sport ti permette di creare e di organizzare.

Le attuali motivazioni del gruppo sportivo sono individuate dalla sociologia all'interno del problema giovanile che ha trovato il suo sbocco negli anni '60. Infatti i sociologi pensano, che la nostra società basata su un'economia capitalistica abbia mutato i rapporti familiari esautorando il padre dal suo ruolo di comando, sino a provocare la decadenza del gruppo familiare, che è stato sostituito affettivamente dai figli con la creazione di

gruppi (bande giovanili, gruppi politici e gruppi sportivi). Questa spiegazione di ordine sociale che completa l'immagine del gruppo non tocca i problemi reali dello sportivo, ma permette di introdurre un discorso particolare sul «nostro atleta».

Oggi nemmeno il gruppo sportivo può contare su di una linea unilaterale di scopi, sia per i caratteri diversi degli sport, che per i nuovi aspetti associativi. Senza dubbio l'artefice maggiore di questa eterogeneità di intendimenti è il professionismo. Variando i compensi, si passa da una posizione di dilettantismo con rimborsi spese, ad una fase di vera e propria professionalizzazione. L'atleta di conseguenza a seconda del tipo di erogazione, ha con i compagni di squadra e con i dirigenti, comportamenti diversi.

Alla situazione economica si devono aggiungere altri due caratteri di notevole importanza, in parte collegati alla causa primaria, che sono, «la popolarità» ed il «tipo di sport». Per quanto riguarda la platea è evidente che ad un elevato numero di spettatori corrispondano in egual misura degli investimenti economici, sia a livello pubblicitario che speculativo.

Mentre lo sport di squadra rispetto a quello individuale (calcio-atletica) offre, anche se poco professionalizzato, caratteri di gruppo più marcati. Le conclusioni non sono difficili, più forte è il carattere del gruppo (rafforzato anche dal tempo in genere) più difficile è l'inserimento dell'atleta in altre forme associative. Un atleta che faceva del salto in alto ad alti livelli riuscirà alla fine della propria carriera a reinserirsi più facilmente di un giocatore di calcio di serie A; mentre durante la loro attività, ha più facilità di contatti un calciatore che un atleta. Se il primo esempio è intuibile il secondo lascia perplessi, ma la sua risoluzione va cercata nella cultura della nostra società che è sensibilizzata più a capire il ruolo di un calciatore, in cui il sacrificio è ripagato da parecchio denaro, che di un atleta che lega il proprio impegno a valori più personalizzati.

(1) Ho adoperato il plurale perché il campo di ricerca di questa disciplina è ormai tale che le branche sono tante e, diverse sia per metodi che per fini, che parlare di psicologia diviene impossibile.

(2) Intesa come progetto suffragato da ricerche comprovate dal tempo e dall'organizzazione.

# periodizzazione nell'allenamento dei decathleti austriaci

di GUNTHER BERNHARD a cura di GIORGIO DANNISI

Riportiamo il tipo d'allenamento adottato dall'allenatore austriaco dei decathleti Gunter Bernhard. Egli periodizza tale allenamento nel seguente modo: da metà novembre a metà marzo periodo invernale; da metà marzo a fine maggio periodo definito di pre-gare; da fine maggio ad ottobre periodo delle gare; dall'inizio di ottobre fino a novembre periodo di transizione.

Egli classifica i suoi atleti in due gruppi distinti e cioè:

- a) decathleta che dimostra sicurezza nelle varie discipline, che comunque possono essere migliorate ed innalzate ad un maggior rendimento di base;
- b) decathleta che dimostra insicurezza nelle gare e quindi il suo rendimento è incostante.

Per quanto riguarda il decathleta tipo «a», esso viene periodicamente controllato con dei test che hanno lo scopo di verificare sia il grado di tecnica raggiunta, che la condizione del momento, in relazione con il periodo dell'anno in cui essi vengono fatti eseguire.

Alcuni di questi test sono:

- 1) per i 100 m.: 30 m. con partenza dai blocchi e 30 m. lanciati con 20 m. di lancio; 60 m.

con partenza dai blocchi e 100 metri sempre dai blocchi. I tempi ottenuti ci forniscono oltre che l'indice della massima velocità raggiunta in quel determinato periodo, anche il grado di miglioramento nella fase di accelerazione e quello di mantenimento della velocità.

- 2) Per i 400 m.: con partenza dai blocchi test sui 100-200-400 m. I tempi ottenuti ci danno il grado di resistenza anaerobica del momento.
- 3) Per il salto in lungo: 20 m. lanciati con 10 m. di lancio; 5 balzi a piedi pari e misurazione; 5 balzi a piedi alternati e misurazione; salti in lungo misurati con 5-7-9-11-13 passi di rincorsa.
- 4) Per il lancio del disco e del peso: test con i bilancieri (panca, slanci, ecc.), controllo della potenza con stacchi da terra a piedi pari; differenza tra lancio da fermo e con traslocazione.
- 5) Per gli ostacoli: differenza tra i tempi rilevati sui 100 m. ed i 110 m. ad ostacoli. E' opportuno rilevare il tempo anche dopo il quinto ed il settimo ostacolo.

Bernhard consiglia durante la preparazione annuale di concentrare l'attenzione su 2-3 specialità in cui il decathleta dimostra delle particolari lacune.

Egli sostiene che ciò non va a svantaggio delle altre specialità, come si sarebbe portati a pensare, ma che comunque anche queste non debbono essere trascurate.

Può verificarsi il caso di atleti che pur avendo curato certe specialità carenti, non abbiano ottenuto che miglioramenti limitati.

In questo caso è bene non insistere ulteriormente perché ciò significa che in quelle specialità essi hanno raggiunto un rendimento prossimo a quello massimo. In questo caso è opportuno orientare gli atleti verso le specialità il cui margine di miglioramento è ancora notevole.

In generale uno o più dei sottoelencati fattori conferiscono il carattere



SEPP ZEILBAUER (Austria)



re di insicurezza nelle varie prove al decathleta tipo « b ».

- 1) L'allenamento, dal punto di vista psicologico, non è indirizzato al decathlon, ma alle singole specialità. In questo tipo di atleta gli sbalzi di rendimento sono notevoli. Egli deve essere sottoposto ad una metodica di allenamento che tenga conto della giusta successione delle prove ed aumenti la sua prestazione di base.
- 2) L'allenamento di preparazione non è sufficientemente equilibrato tra le dieci discipline e per questo si manifestano squilibri fra di esse. In questo caso è necessario intensificare la partecipazione a gare singole per migliorarne la prestazione di base.
- 3) Decathleta dal carattere nervoso, emotivo, ecc.

Anche per il decathleta di tipo « b » sono validi i test adottati per quel-

lo di tipo « a », ma egli seguirà una diversa distribuzione del lavoro durante la periodizzazione.

Nella periodizzazione annuale del lavoro Gunter Bernhard distingue:

- a) **periodo invernale:** 6 allenamenti settimanali, di cui il 50% all'aperto. In questo periodo si curano: 1) miglioramento della condizione generale e specifica motoria di base; 2) miglioramento di particolari tecnici specifici di base (cioè specifici della specialità e orientati su particolari errori tecnici fondamentali); 3) test che riguardano la potenza e la velocità anche attraverso gare indoor.
- b) **Periodo pre-gare:** l'allenamento viene svolto tutti i giorni. In questo periodo si curano: 1) l'allenamento alla condizione (forza veloce) insistendo molto sulle basi motorie specifiche; diminuzione del lavoro di quantità a favore di un lavoro quali-

tativo intensivo; 2) tecnica specifica complessa propria della gara (gesto atletico ripetuto nel suo insieme); 3) test consistenti in serie di gare multiple: due gare con quattro discipline ciascuna, un octathlon e gare singole.

- c) **Periodo di gare:** 1) diminuzione della frequenza degli allenamenti a carattere intensivo. Aumento delle prestazioni attraverso un buon grado di sicurezza raggiunto (equilibrio psicofisico nella coordinazione dei movimenti); 2) mantenimento della condizione.
- d) **Periodo di transizione:** consiste in un periodo di riposo attivo. Si effettuano attività sportive molteplici, ma tutte svolte in forma di svago.

Riportiamo ora la tabella tipo della periodizzazione annuale adottata dal decathleta austriaco tipo « a » e « b ».

INVERNO	Condizionamento > Tecnica (Test di condizione)			Condizionamento < Tecnica (Analisi dei Movimenti)		
	Forza	Resistenza	Velocità	Forza	Resistenza	Velocità
	Pura > Potenza	Aerobica + Anaerobica	Anaerobica < Aerobica	Forza Pura ≤ Potenza	Aerobica < Anaerobica	Aerobica
PERIODO PRE-GARE	Condizionamento ≥ Tecnica (Test + Analisi dei Movimenti)			Condizionamento < Tecnica (Analisi dei Movimenti Complessi)		
	Pura < Potenza	Anaerobica > Aerobica	Aerobica = Anaerobica	Potenza	Anaerobica	Aerobica
GARE	Condizionamento < Tecnica			Condizionamento < Tecnica		
	Potenza (Mantenim.to)	Anaerobica	Aerobica	Potenza (Mantenim.to)	Anaerobica	Aerobica

#### CHIASSO 14 OTTOBRE 1973

Avversata da condizioni climatiche proibitive, freddo intenso e pioggia insistente, si è svolta la staffetta di marcia per nazioni Airolo-Chiasso di 114 chilometri. Gli atleti che nelle giornate di venerdì e sabato avevano partecipato al Trofeo Lugano, si sono dati battaglia nelle cinque frazioni, sfidando le condizioni atmosferiche e la durezza del percorso: vincitori sono risultati gli atleti della R.D.T., che in condizioni di freschezza sorprendenti hanno dominato la gara

dall'inizio alla fine. L'Italia è andata maluccio, ma per gli azzurri, che in assenza dei russi potevano sperare nella piazza d'onore, non ha certo giovato l'eccessivo dislivello, che ha falsato tecnicamente la competizione, ma soprattutto ha pesato la prova di Rosario Valore che essendo in precarie condizioni fisiche non è stato in grado di difendere la posizione sino a quell'istante acquisita.

Staffetta internazionale Airolo-Chiasso, di km. 114:

1. Rep. Dem. Ted. (Stadtmüller, Zschie-

gner, Höhne, Selzer, Reimann) 8.44'55" (nuovo record); 2. Polonia (Sliwinski, Ornoch, Gorski, Korneluk, Raszka) 8.53' e 13"; 3. Romania (Gasitu, Caralosifoglu, Staicu, Enache, Stan) 8.55'34" (penalizzazione di 3' per marcia scorretta); 4. Germania Ovest 9.03'; 5. Svezia 9.06'22"; 6. Usa 9.14'19"; 7. Italia (Lisi, Pamich, Visini, Valore, Busca) 9.14'52"; 8. Eintracht Francoforte (Germ. Ovest) 9.22'31"; 9. Marcia Club Centro Lazio 9.23'45"; 10. Gran Bretagna 9.23'47"; 11. Lombardia (Fortunati, Luigi e Mario Zambaldo, Villani, Penolazzi) 9.39'25".



sartoria civile e militare  
**F.lli LONGO** udine

PIAZZA LIBERTÀ 8 - TELEFONO 58813



**BURRA SPORT**

UDINE - VIA ZANON 4 - TEL. 57113

TUTTO PER LO SCI  
FORNITURE CALCIO  
SOCIETÀ SPORTIVE  
PALESTRE  
ATLETICA  
GINNASTICA

# l'adattamento nella psicologia dello sport

di F. ANTONELLI e A. MASCELLANI - tratto da «Medicina dello sport» - seconda parte

## L'adattamento nell'atleta

La valutazione delle capacità adattive è particolarmente interessante e raccomandabile nella popolazione atletica per due ordini di motivi:

- 1) la particolare vulnerabilità dello sportivo, sia per le situazioni ansiogene costituite dagli eventi agonistici, sia per la persistenza di elementi infantili nell'**homo ludens** che, sotto certi aspetti, rimane sempre puer;
- 2) la necessità, per lo sportivo, di disporre di un equilibrio capace di oscillare senza danni da un polo all'altro dell'emotività con variazioni brusche ed immediate, situazione che non si riscontra in nessun altro campo delle attività umane.

1) L'atleta tanto è sano ed efficiente sul piano fisico per definizione pragmatica, quanto è delicato e vulnerabile sul piano patologico. Capace di sopportare con una certa disinvoltura il dolore fisico, le avversità del clima e della natura, lo sforzo di estenuanti **performances**, il sacrificio di fatica e di rinuncia imposte da pesanti allenamenti, egli svela d'improvviso e non di rado una carica spesso enorme di ansia e di insicurezza, una disponibilità a brusche oscillazioni tra le due estreme polarità della vita affettiva, uno psichismo in cui la potenzialità razionale è frenata, quando non è addirittura soffocata ed inibita, dal predominio dell'emotività.

Escluse le solite eccezioni, l'indagine psicologica rivela queste caratteristiche con notazioni personologiche in tutti gli atleti. Naturalmente ciò non deve suonare come una sorta di critica o di denigrazione della popolazione sportiva, ma tutt'altro: ciò può aiutarci a meglio comprendere gli atleti per meglio aiutarli sul piano tecnico, ma soprattutto su quello umano.

Lo sport è gioco; forse lo è un po' meno a certi livelli più o meno ufficialmente professionistici; ma l'atleta che raggiunge questi livelli è pur sempre lo stesso essere umano che, anni prima, aderì ad una determinata attività sportiva

soddisfacendo una personale esigenza lucida ed eseguendo una libera scelta che gli offriva una modalità autentica di esprimersi, esistere, divenire, affermarsi.

Se col passare degli anni, le qualità tecniche dell'individuo e le circostanze favorevoli dell'ambiente trasformano lo **sportman per diletto** in un atleta di valore e cioè in un **sportman impegnato** e responsabilizzato, può mutare l'esteriorità del soggetto, può mutare il suo modo di essere con gli altri, ma di certo non muta la primitiva autenticità della sua passione per lo sport-gioco. Si parla di un **homo ludens** (Huizinga): questi altri non è che un uomo che ha la fortuna di conservare allo stato puro quel prezioso radicale infantile che è la passione per il gioco. Questo radicale è presente in tutti noi (chi non ricorda il delizioso passo che Pascoli dedicò al « fanciullino »?), però molti di noi lo tollerano a mala pena e lo considerano un freno pericoloso per le conquiste sociali o lo soddisfano con manifestazioni antieconomiche (come i sorpassi spericolati, i giochi d'azzardo, il collezionismo di avventure erotiche) o lo accontentano quasi di nascosto giocando furtivi con giochi regalati nominalmente ai propri figli ma in effetti a sé stessi.

L'atleta è un uomo che può continuare a giocare alla luce del sole e che vede l'ambiente non condannare, ma anzi gratificare il suo radicale infantile, sicché questo elemento caratterologico, transitorio per definizione, si cristallizza e persiste, a tutto vantaggio dell'economia psichica. Magari potessimo restare tutti noi così lietamente ancorati ad una autenticità capace di resistere alle pressioni delle sovrastrutture imposte dalle convenzioni dell'educazione e della società.

Dunque, l'atleta ha uno **psichismo delicato**, non solo perché continuamente stressato dall'altalenante clima emotivo evocato dalle situazioni competitive, ma anche e soprattutto perché **sostanzialmente bloccato ad uno « stile » infantile**, dove l'alternarsi del pianto e del riso

non è alienazione né stranezza, ma soltanto regola innocente.

Questo stile comporta però, con la libera ed accettata persistenza delle istanze ludiche, anche la permanenza di altre connotazioni tipiche dell'età evolutiva, prima fra tutte quella che fa capo ad un modulo di pensiero irrazionale, dereistico (e cioè distaccato dalla realtà), fantasioso, letteralmente immerso in un mondo magico popolato di miti, tabù, potenze benigne e maligne.

Da ciò deriva la disponibilità dell'atleta alla superstizione, ai pregiudizi, al rispettoso timore per un destino inteso come una determinante soprannaturale ed animistica che è necessario ingraziarsi ma da cui è altrettanto necessario proteggersi per difendersi. Da ciò deriva anche, talvolta spinto sino ai limiti pseudodeliranti di una assurda resistenza alla critica e all'esperienza, una fideistica credulità nel potere magico di un rito, di un indumento, di un cibo, di una bevanda.

2) La **valutazione psicodiagnostica** ha due campi di applicazione: quello selettivo-attitudinario e quello clinico-profilattico.

Nell'applicazione alla popolazione sportiva la **valutazione attitudinaria** ha un valore limitato. Infatti l'attitudine allo sport, intesa come espressione atletica dell'umana esigenza agonistica, è talmente sana e diffusa, da aver fatto nascere addirittura il cosiddetto problema psicologico del « ragazzo non sportivo », ed è ovviamente presente in coloro che si sottopongono alla visita medico-sportiva di valutazione psicofisica per essere ufficialmente inseriti nella popolazione sportiva. Il controllo psicodiagnostico attitudinale deve perciò valutare soltanto « come » l'aspirante atleta intende praticare lo sport. La psicodiagnostica applicata alla medicina del lavoro segue giustamente il concetto di assegnare « **the right man in the specific and aspecific sport** » ricordata esclude, invece, la possibilità e l'opportunità di selezionare gli indi-



vidui per avviarli agli sport che sarebbero loro più adatti.

Un tentativo di tracciare un **profilo specifico** per ogni sport è risultato vano per questi motivi:

- 1) molti sport esigono caratteristiche psicofisiche comuni;
- 2) molti altri possono essere praticati con un buon risultato da individui dotati di caratteristiche psicofisiche tra loro molto differenti;
- 3) il profilo individuale è una somma di elementi obiettivi e quindi trascura l'elemento soggettivo e determinante della « passione » per un determinato sport, e della sua libera scelta, qualunque sia il parere dei tecnici;
- 4) altro elemento, importantissimo ma non evidenziabile con le tecniche di laboratorio, è la specifica inclinazione a praticare « bene » un dato sport e cioè la classe, quel *quid* evidente ma non misurabile, quell'«  $x + 1$  » che permette di rendere di più con minor sforzo per indimostrabili motivi legati alla costellazione psicofisica dell'individuo.

Alla psicodiagnostica sportiva viene attribuito il compito di selezionare le persone adatte al cosiddetto **sport agonistico**. Va precisato che l'espressione « sport non agonistico » o « non competitivo » psicologicamente non ha senso; **lo sport è competitivo per definizione**; non lo si può più ammettere disgiunto dalla carica agonistica, altrimenti è semplice movimento. Pertanto chi è psicofisicamente idoneo allo sport competitivo, in effetti è **idoneo** allo sport, mentre chi viene giudicato **non idoneo** allo sforzo fisico ed alla tensione emotiva di una gara, è genericamente non idoneo allo sport.

Molto più importante è invece, sempre nella psicodiagnostica degli atleti, la valutazione clinica che mira a mettere in evidenza l'eventuale presenza dei primi sintomi delle più comuni **sindromi psicopatologiche specifiche ed aspecifiche da sport**.

Quattro elementi psicologici sono indispensabili per il sano espletamento di un'attività sportiva e pertanto vanno attentamente ricordati nel valutare l'idoneità psicologica allo sport:

- 1) una **personalità fondamentale sana ed equilibrata**, priva di complessi, basata su un'armonica integrazione dei suoi strati (istinti, temperamento, carattere), priva di deviazioni nevrotiche o costituzionali;
- 2) una **carica aggressiva** che sia espressione di un'energica volontà

di autoaffermazione, che si estrinsechi nel pieno rispetto delle regole del « **fair play** » e della lealtà, che non sia sostenuta da astio né da fanatismo, né da psicopatologiche esigenze iper-autovalorizzatrici od antisociali;

- 3) una efficiente capacità di **resistenza alle frustrazioni** che permetta l'accettazione di qualunque risultato ed il sincero riconoscimento dell'altrui valore;
- 4) una **stabilità emotiva** che consenta di affrontare la gara con il massimo slancio possibile, come se in quella parentesi momentanea non esistesse altro che l'atleta e la sua situazione agonistica, e che permetta allo stesso atleta, prima e dopo la gara, di essere perfettamente adeguato alla realtà affettiva e lavorativa del suo autentico clima esistenziale extra-sportivo.

Per farsi un'idea più chiara dello **sforzo adattivo** che si richiede ad un'atleta, basti ricordare quel che Ogilvie dichiara, è cioè che « per vincere occorre l'istinto dell'assassino ». Perciò un atleta, nel breve giro di pochi minuti, al suono di un gong o di un fischio o di un colpo di pistola, deve poter essere capace di abbandonare uno stile di vita improntato alla serena giovialità tipica di un giovane e di uno sportivo per entrare in un clima di aggressività persino feroce, da cui uscire poco dopo, con altrettanta immediatezza.

Forse, parlando dell'**adattabilità dell'atleta**, il pensiero corre alla disposizione di uno sportivo ad ambientarsi a nuovi compagni e a nuovi tecnici, ad accettare rinunce alimentari e sessuali, ad occupare un ruolo d'importanza sociale e di prestigio economico cui non era preparato, a riuscire a cambiare uno stile di vita dovendo abbandonare i campi o la fabbrica per entrare in una frangia di jet-society, ecc. Certo, anche tutto questo richiede uno sforzo adattivo, come ancora la vita in comune nei ritiri collegiali, l'ubbidienza cieca a chi si mette a guidarlo come fosse una **slot-machine**, il successo improvviso che si materializza in fama, denaro, donne, **fans**, ecc., ma, senza limitarci a considerare l'eccellenza del neo-campione che si trova improvvisamente catapultato in un ignoto mondo pseudo-dorato, basta pensare allo sforzo adattivo imposto a tutti gli atleti, a tutti i livelli della gerarchia atletica, in tutte le occasioni agonistiche: un fatto continuo, generale, e soprattutto sempre nuovo perché, al periodico ritmico appuntamento con la gara, non c'è mestiere, non c'è abitudine,

ne, non c'è esperienza che riducano la risonanza emotiva della competizione.

Forse, qui si situa il segreto del fascino dello sport, ma, di certo, qui si focalizza la grossa problematica della necessaria adattabilità dell'atleta.

## Riassunto

L'adattamento è una funzione di grande importanza nell'economia psichica dell'individuo: esso è un atteggiamento **attivo** di reazione agli eventi ed è determinato dalla struttura della personalità. Ricordati i concetti di **reazione psicogena** e di **trauma psichico**, gli autori descrivono la **scala di riadattamento sociale** di Holmes.

L'atleta è particolarmente vulnerabile sul piano psichico per vari motivi: persistenza di tendenze ludiche di tipo infantile, effetto ansioso della competizione, necessità di associare uno stile di vita tradizionalmente impostato alla massima disponibilità sociale a momenti di estrema aggressività durante le prestazioni agonistiche.

Vengono anche ricordati i fini dell'esame psicodiagnostico, le caratteristiche psicologiche necessarie per l'attività sportiva, la classificazione della psicopatologia da sport.

Quindi si enfatizza la necessità, per l'atleta, di una capacità di adattamento superiore alla norma.

(2 - fine)

## Bibliografia

- Antonelli F.: « Psicologia e psicopatologia dello sport ». Ed. Leonardo, Roma, 1963.
- Antonelli F.: « La valutazione psicodiagnostica dell'atleta ». Ed. Leonardo, Roma, 1964.
- Bell H.M.: « The adjustment inventory ». Ed. Stanford Univ. Press., 1938.
- Casey R.L.: « Quantitative studies of recale of Life Events ». J. Psychosom. Res., 11, 239, 1967.
- DE Capua G.: « Studio sulle capacità di adattamento di 351 atleti ». Tesi di diploma. S.C.S., Roma, 1972.
- Falorni M.L.: « Lo studio psicologico del carattere e delle attitudini ». Ed. Universit., Firenze, 1954.
- Flescher J.: « Psicoanalisi della vita istintiva ». Ed. Sc. Mod., Roma, 1949.
- Holmes T.H., Rahe R.H.: « The social Readjustment Rating Scale ». Psychosom. Res., 11, 213, 1967.
- Holmes T.H., Rahe R.H.: « Booklet for schedule of Recent Experience (SRE) ». Univ. Washington Ed., 1967.
- Huizinga J.: « Homo ludens ». Ediz. Einaudi, Torino, 1949.
- Lucisano B.: « Il valore stressante degli eventi ». Med. Psicosom., 17, 125, 1972.
- Ogilvie B.E.: « Psychological consistencies within the personality of high level competitors ». Jama spec. Olympic Year Ed., 1968.
- Wyler A.R.: « The seriousness of illness Rating Scale ». J. Psychosom. Res., 11, 363, 1968.

# un uomo nuovo per le prove multiple

Claudio Dal Bello, classe 1956, al suo primo anno di attività ha vinto la prova valevole per il titolo di campione italiano allievi nella specialità dell'octathlon, svoltasi a Pordenone il 22-23 settembre. A venti giorni di distanza, ha ottenuto nella stessa specialità il punteggio record di 5.678 punti che costituisce la miglior prestazione italiana di categoria, mentre la precedente apparteneva al ravennate Zoli con punti 5.496.

Questa la ricostruzione di un finale di stagione che ha degnamente coronato un lavoro iniziato lo scorso inverno e proseguito con regolarità e costanza sino ad oggi. Il ragazzo già dalla sua prima apparizione al campo di Paderno (Udine) presentava tutti i requisiti indispensabili per poterlo definire un talento. Indicativi a questo proposito possono essere i dati rilevati da alcuni test eseguiti nelle prime sedute di allenamento: bilancieri (panchina: kg. 70; accosciata massima: kg. 100), test per l'elevazione secondo il metodo di Abalakov: 74 cm. In alcune gare indoor disputate nello scorso inverno, dopo appena due mesi di lavoro, era già a m. 3 nell'asta e 5'8 sulle 50 yards.

Non molto affinato in fatto di tecnica, è dotato di un potenziale non comune, determinato dalla fusione di forza fisica, resistenza organica, scioltezza muscolare, mobilità articolare e ottime capacità reattive. I suoi notevoli mezzi fisici sono stati solo parzialmente sfruttati per le note carenze tecniche, ma lasciano ben sperare in

considerazione del fatto che la specialità prevede una programmazione a lunga scadenza.

Va rilevato che già dalle prime sedute di allenamento l'atleta è stato educato mentalmente a pensare alle prove multiple come alla sua specialità, in funzione della quale allenare le singole discipline. Questo costituisce un fattore psicologico molto importante che l'allenatore deve tenere sempre presente se vuol favorire il miglioramento della prestazione dell'atleta nelle otto prove e più tardi nel decathlon.

Una caratteristica di Dal Bello è quella di presentare un sostanziale equilibrio fra le diverse prestazioni, vera e propria dote per un atleta che voglia dedicarsi seriamente alle prove multiple.

La specialità dove comunque è emerso in modo maggiore è quella dei 110 ostacoli. E' giunto infatti 2° in Coppa Italia a Reggio Emilia col personale di 15"7, poi 16"1 in batteria ai Campionati italiani allievi, quindi in 16" 4° ai campionati italiani Libertas.

Le tappe che hanno fatto da gradini nella scalata di Dal Bello all'attuale record italiano sono in tutto state cinque. Senza tema di sbagliare possiamo considerare questo già un record di partecipazione in una nazione come la nostra avara di appuntamenti agonistici per gli specialisti delle prove multiple.

Qui di seguito riportiamo la tabella dei punteggi e dei risultati conseguiti nei cinque octathlon fatti.

Il notevole divario nel punteggio tra il primo e gli altri octathlon è dovuto senza dubbio alla mancanza di esperienza (quella di Gradisca era infatti la prima gara della sua carriera di atleta all'aperto). Da notare che a Udine il 14-15 luglio Dal Bello aveva stabilito già il primato italiano, migliorato in seguito da Zoli (Ravenna, 8-9 settembre) con 5.496 punti. I due si sono incontrati poi a Pordenone (Campionati italiani), dove il friulano ha avuto la meglio distaccan-



DAL BELLO nella prova del Disco

do il rivale di oltre 350 punti. Certo il duello tra i due più forti allievi avrebbe potuto portare ad un risultato tecnico di tutto rilievo solo che gli impianti fossero stati più accuratamente approntati. Nulla ha giovato infatti che alcuni giornali locali propagandassero la tennisolite con lo slogan del « nuovo materiale speciale messo a punto per l'occasione », quando ormai tutti sanno che essa non è altro che « mattoni tritati ».

Prima di concludere questa breve relazione ci pare doveroso fare un confronto, sottoponendo ad accurata analisi, l'octathlon che ha portato al record italiano di categoria questi due meravigliosi atleti.

Ricordiamo che sono stati portati a termine uno a Udine e l'altro a Ravenna, quindi entrambi i ragazzi hanno beneficiato del fattore campo. Dal Bello 11"5; 12,55; 6,01; 1,83; 15"8; 35,42; 2,80; 48,04; punti 5.678. Zoli: 11"5; 13,42; 6,28; 1,73; 17"; 38,60; 2,60; 36,83; punti 5.496.

Questi inoltre sono i personali di Claudio Dal Bello: 11"4; 12,55; 6,14; 1,83; 15"7; 35,87; 3,20; 48,04.

Località	Carattere della manifestazione	Data	100	lungo	peso	alto	110H	disco	asta	giavell.	Punti
Gradisca	Camp. region. (1°)	5-6/5/73	11"9	6,14	9,74	1,75	16"7	24,28 <sup>(1)</sup>	2,90	44,24	4.736
Udine	Riun. region. (1°)	14-15/7/73	11"4	6,14	11,29	1,78	17"4	30,58	2,60	47,28	5.306
Udine	Riun. region. (1°)	1-2/9/73	11"8	6,04	11,00	1,83	17"1	30,52	3,00	44,92	5.216
Pordenone	Camp. ital. (1°)	22-23/9/73	12"5 <sup>(2)</sup>	5,98	11,76	1,78	16"9	33,26	3,20	42,48	5.120
Udine	Riun. region. (1°)	13-14/10/73	11"5	6,01	12,55	1,83	15"8	35,42	2,80	48,04	5.678

(1) Solo sul campo si apprese dell'introduzione di questa nuova specialità tra quelle designate per l'octathlon.

(2) Alla partenza, per la non perfetta aderenza dei blocchi sulla tennisolite, Dal Bello scivolò fino a quasi cadere al suolo.



# campionati italiani libertas

VERONA, 6-7 OTTOBRE 1973

NOSTRO SERVIZIO PARTICOLARE

## categoria ragazzi

M. 80 PIANI: (6-10 mattino). Sette serie i cui migliori sei tempi accedono alla finale. Le prime quattro passano senza evidenziare alcun tempo di rilievo. Nel quinto c'è un buon 9"5 di Mignano, ma è la sesta che fornisce il maggior numero di finalisti: Peroni 9"4, La Torre 9"5 e Rossi 9"5 a spalla. Nella settima assistiamo ad uno show personale del pescarese Rinaldi, che si impone in un buon 9"3. Ancora meglio corre in finale (7-10 mattino) in 9"2, riuscendo a prevalere sul filo di lana sul livornese Peroni che finisce in 9"4.

80 M. PIANI - 1ª serie: 1) Papaleo (Lib. Lauria) 9"8; 2ª serie: 1) Frunzo (Lib. La Spezia) 9"8; 3ª serie: 1) Bausi (Lib. Firenze) 10"; 4ª serie: 1) Mantovani (Lib. Saronno) 9"6; 5ª serie: 1) Mignano (Lib. Latina) 9"5; 6ª serie: 1) Peroni (Lib. Livorno) 9"4; 7ª serie: 1) Rinaldi (Lib. Pescara) 9"3.

### FINALE

1) Rinaldi Lorenzo (Pescara) 9"2  
2) Peroni Alessio (Livorno) 9"3  
3) La Torre Giuseppe (S.S. Giov.) 9"4  
4) Mignano Giacomo (Latina) 9"4 sp.  
5) Seraglini Andrea (Firenze) 9"6  
6) Rossi Vito (Lauria) 9"6 sp.

M. 2000 PIANI: (6-10 pomeriggio). Vengono effettuate 3 serie essendo in 41 a contendersi il titolo. La terza è quella corsa ad un ritmo più sostenuto. Si impone il rappresentante di Lagonegro: Nicola Franchino in 6'03"3. Secondo (6'05"5) e terzo (6'07"5) sono a ridosso del primo, anche se non lo impen-sieriscono troppo.

1ª serie: 1) Di Martino (Caltagirone) 6'16"6; 2) Cufino (Potenza) 6'20"6; 3) Fantauzzi (Avezzano) 6'22"2.  
2ª serie: 1) Tonelli (Mantova) 6'18"9; 2) Basso (S. Vito T.) 6'19"7; 3) Baccini (Latina) 6'19"9.  
3ª serie: 1) Franchino (Lagonegro) 6'03"3; 2) Marino (Pontecurone) 6'05"5; 3) Paolini (Pescara) 6'07"5.

M. 80 OSTACOLI (6-10 pomeriggio). Tre serie per qualificare i migliori sei tempi. Nella prima è il mantovano Mazzola a segnare un ottimo 11"5, subito eguagliato, nella terza serie, dal livornese Petri, che impressiona non poco per la sua notevole facilità d'azione. (7-10 mattino). In finale tutti risentono del tempo incerto e dell'abituale sonnolenza mattutina. La spunta onestamente Mazzola con un tempo comunque appena discreto.

1ª serie: 1) Mazzola (Mantova) 11"5; 2) (Fiorenzuola) 11"9.

2ª serie: 1) Matteucci Graziano (Livorno) Rossi Claudio (id.) 11"7; 3) Sbalbi Giovanni 11"7; 2) Di Benedetto Aurelio (Gonars) 11"8; 3) Camplone Domenico (Pescara) 12"7.

3ª serie: 1) Petri Roberto (Livorno) 11"5; 2) Zoni Giuseppe (Saronno) 11"9; 3) Renzetti Franco (Pescara) 12"2.

### FINALE

1) Mazzola Stefano (Mantova) 11"8  
2) Petri Roberto (Livorno) 11"9  
3) Matteucci Graziano (id.) 11"9 sp.  
4) Sbalbi Giovanni (Fiorenzuola) 12"  
5) Rossi Claudio (Mantova) 12"1  
6) Di Benedetto Aurelio (Gonars) 12"8

SALTO IN ALTO: (6-10 mattino). Gara invero troppo lunga in cui ben 33 concorrenti affrontano il regolo. L'applicazione di un minimo di partecipazione avrebbe certo giovato per sfolire la turba di saltatori al di sotto degli 1,65. A risentire in modo maggiore, logicamente, sono stati i migliori, che alle 14 del pomeriggio, avevano ancora ben poche energie da spendere, con solo l'illusione di poter trovare la necessaria carica e concentrazione. Bene l'udinese Contarini che dopo aver stabilito il nuovo record dei campionati con m. 1,85, fallisce di poco i m. 1,88. Di Giorgio si eguaglia a m. 1,83.

1) Contarini Gabriele (Lib. Udine) 1,85  
2) Di Giorgio Massimo (Lib. Udine) 1,83  
3) Brogini Aless. (Lib. La Spezia) 1,80  
4) Peveri Danilo (Lib. Fiorenzuola) 1,75  
5) Serra Adriano (Lib. S. Giov. Pers.) 1,75  
6) Falzone Ranieri (Lib. Agrigento) 1,73  
7) Massi Carlo (Lib. Latina) 1,73  
8) Mignardi Sergio (Lib. Frosinone) 1,73  
9) Bondi Mauro (Lib. Catania) 1,70  
10) Piuze Paolo (Lib. Pordenone) 1,70  
11) Giannetti (La Spezia) 1,70; 12) Fratrus (Fiorano S.) 1,70; 13) Panico (Avezzano) 1,68; 14) Almeoni (S. Giov. Pers.) 1,68; 15) Tintori (Fiorano) 1,68; 16) Lasio (Pescara) 1,65; 17) Degli Alinari (Venezia) 1,63; 18) Guardiani (Piacenza) 1,63; 19) Bisagni (La Spezia) 1,63; 20) Pasquali (id.) 1,63; 21) D'Acquino (Novara) 1,60  
22) Ariosi (Mantova) 1,58; 23) Aceti (Saronno) 1,58; 24) Marangon (Novara) 1,56; 25) Spreafico (id.) 1,55; 26) Bertocchini (Mantova) 1,55; 27) Scardovelli (id.) 1,53; 27) Gatti (Pontecur.) 1,53; 29) De Marca (Potenza) 1,53; 30) Mecca (id.) 1,50; 30) Di Beppo (Rimini) 1,50; 32) Zannoni (id.) 1,50; 33) Giovagnoli (Pescara) 1,45.

SALTO IN LUNGO: (6-10 pomeriggio). Un solo ragazzo oltre i m. 6,00 è davvero pochino. Walter Cino si impone con un salto azzecatissimo di m. 6,06. Secondo è l'udinese Del Piero che sopravanza di 10 cm. il pescarese Giasante. Tutto sommato una gara modesta.

1) Cino Walter (Fiorenzuola) 6,06  
2) Del Piero Gino (Udine) 5,67  
3) Giasante Umberto (Pescara) 5,57  
4) Pini Alberto (Saronno) 5,54  
5) Marramiero Edoardo (Pescara) 5,53  
6) Bront Ugo (Palmanova) 5,49  
7) Giannotti Fulvio (Firenze) 5,46  
8) Falcone Giuseppe (Lagonegro) 5,40  
9) Alessiani Marco (Teramo) 5,40  
10) La Rocca Cosimo (Caltanissetta) 5,39 (Pescara) 5,36; 13) De Miglio (Pescara) 5,31; 14) Sartori (Verona) 5,30; 15) Di Maggi (Castelgandolfo) 5,29; 16) Canzi (Mont. Vanch.) 5,25; 17) Lamberti (Piacenza) 5,21; 18) Di Bono (Novara) 5,12; 19) Vanzillotto (Sesto S.G.) 5,06; 20) Fuschini (Pescara) 5,04; 21) Bianchi (Rimini) 4,97; 22) Nolè (Potenza) 4,93; 23) Vincenzotti (S. Vito Tagl.) 4,93; 24) Biagi (Genzano) 4,53.

SALTO CON L'ASTA: (6-10 mattino). Show dei ragazzi di Udine. Ennio Fabris, speranza dell'asta italiana, si impone stabilendo per

## CAMPIONATI ITALIANI LIBERTAS

ben due volte e sempre alla terza delle tre prove a sua disposizione, la nuova miglior prestazione italiana di categoria, prima con m. 3,85 ed infine con m. 3,90. Gli fanno da fieri paladini Desio (3,50) e Cavan (3,20), mentre lo sfortunato Zaccaria si procura una distorsione alla caviglia proprio nel momento cruciale della competizione.

1) Fabris Ennio (Lib. Udine)	3,90
2) Desio Fabrizio (Lib. Udine)	3,50
3) Cavan Dario (Lib. Udine)	3,20
4) Bosi Stefano (Lib. Mantova)	3,20
5) Zaccaria Augusto (Lib. Udine)	3,20
6) Gri Maurizio (Lib. S. Vito T.)	3,00
7) MDarcotullo Paolo (Lib. Pescara)	2,60
8) Guardiani Maurizio (Lib. Piacenza)	2,50
9) Pascoletti Stefano (Lib. Udine)	2,50
10) Girardo Loris (Lib. S. Vito T.)	2,40

**GETTO DEL PESO:** (6-10 mattino). Dominio incontrastato del mantovano Nelli che facilmente ha ragione dell'udinese D'Agostini sopravanzandolo di un metro. Quattro uomini oltre i 14 metri non sono molto, il che ribadisce la generale situazione di crisi della specialità.

1) Nelli Marco (Mantova)	15,40
2) D'Agostini Gianni (Udine)	14,48
3) Pasqualucci Orlando (Lanuvio)	14,18
4) Pachetti Carlo (Livorno)	14,04
5) Chiusa Bruno (Piacenza)	13,94
6) D'Alberto Alessandro (Pescara)	13,72
7) Marzi Antonio (Frosinone)	13,24
8) Carota Francesco (Pescara)	13,22
9) Raponi Massimo (Latina)	12,84
10) Buset Riccardo (Pordenone)	12,68
11) Rossetti (Bologna) 12,60; 12) Noce (Frosinone) 12,48; 13) Scantamburlo (Vercelli) 12,26; 14) Ballestrero (Pontecurone) 12,22; 15) Pari (Rimini) 12,00; 16) Olivieri (Alessandria) 11,88; 17) Parmeggiani (Bo-	

logna) 11,78; 18) De Sanctis (Viterbo) 11,68; 19) Corbelli (Ravenna) 11,46; 20) Sileo (Potenza) 11,30; 21) Benvenuti (Venezia) 11,22; 22) Mammini (Livorno) 11,14; 23) Bono (Sassari) 10,12; 24) Marchese (Lauria) 9,62.

**LANCIO DEL DISCO:** (6-10 mattino). Sicura vittoria del friulano Buddai, che pur risentendo per i soli tre lanci a sua disposizione, si impone con m. 39,50. Dopo l'onesto 37,82 del mantovano Blasi, il vuoto assoluto con ben (sic!) 12 uomini (su 17) al di sotto dei 31 metri (!). Anche qui un consenso limite di partecipazione avrebbe vivacizzato e snellito la competizione.

1) Buddai Romeo (Gonars)	39,50
2) Blasi Alberto (Mantova)	37,82
3) Casanova Loris (Livorno)	32,72
4) Marazzi Marcello (Castelgond.)	32,68
5) Luciani Maurizio (id.)	32,50
6) Recchia Claudio (Verona)	30,84
8) Linari Stefano (Lanuvio)	30,16
7) Giacconi Danilo (Ancona)	30,60
8) La Rosa Andrea (Catania)	30,16
10) Pettarin Sergio (Pordenone)	29,91
11) Taglieri (Avezzano) 28,68; 12) Montanari (Livorno) 28,04; 13) Viscuso (Catania) 27,84; 14) Bertolucci (La Spezia) 27,50; 15) Guidi (Rimini) 27,36; 16) Daniele (Saronno) 27,12; 16) Gozzi (Lanuvio) 27,12; 18) Cocchi (S. Giov. Pers.).	

### IL MEDAGLIERE RAGAZZI

	oro	arg.	bronzo
Udine	2	4	1
Mantova	2	1	0
Pescara	1	0	2
Fiorenzuola	1	0	0
Gonars	1	0	0
Lagonegro	1	0	2
Livorno	0	2	2
Pontecurone	0	1	0
Lanuvio	0	0	1
La Spezia	0	0	1
S.S. Giovanni	0	0	1

### CLASSIFICA FINALE CAT. RAGAZZI

	punti
1) Libertas Udine	40
2) Libertas Livorno	25
3) Libertas Mantova	24
4) Libertas Pescara	18
5) Libertas Fiorenzuola	13
6) Libertas Gonars	8
7) Libertas Lagonegro	7
8) Libertas Castelgandolfo	5
Libertas Pontecurone	5
10) Libertas La Spezia	4
Libertas Lanuvio	4
Libertas Sesto San Giovanni	4
13) Libertas Saronno	3
Libertas Latina	3
15) Libertas San Giov. Pers.	2
Libertas Piacenza (M. Patr.)	2
Libertas Firenze	2
Libertas Putignano	2
19) Libertas San Vito al Tagliamento	1
Libertas Agrigento	1
Libertas Verona	1
Libertas Palmanova	1
Libertas Lauria	1

## categoria allievi

**M. 100 PIANI:** (6-10 mattino). Tre serie i cui migliori sei tempi vanno in finale. Ben due atleti, Caruso nella prima e Invernizzi nella seconda, corrono in 11", uguagliando il primato dei campionati. Anche per l'udinese Piuze (11"2) c'è l'

ingresso in finale. (7-10 mattino). Partono dalla corda: Conte, Mosca, Invernizzi, Grotto, Caruso e Piuze. Invernizzi azzecca una buona partenza che gli consente di resistere al ritorno di Caruso. Il vincitore si eguaglia ancora a 11" netti, mentre



La squadra di Udine dominatrice dei campionati di Verona



## CAMPIONATI ITALIANI LIBERTAS

per il palmanovese 1/10 di secondo in più.

1ª serie: 1) Caruso Giuseppe (Palmanova) 11"1.

2ª serie: 1) Invernizzi Claudio (Livorno) 11"1.

3ª serie: 1) Conte Marco (Livorno) 11"1.

FINALE dei primi sei posti

1) Invernizzi Claudio (Livorno) 11"1

2) Caruso Giuseppe (Palmanova) 11"1

3) Conte Marco (Livorno) 11"1 sp.

4) Mosca Maurizio (Ancona) 11"5

5) Piuze Franco (Udine) 11"5 sp.

6) Grotto Giovanni (Vercelli) 11"6

FINALE dei secondi

1) Romili (Arezzo) 11"2; 2) Luraschi (No-

vara) 11"4; 3) Barcellini (id.) 11"6; 4)

Costantino (Salerno) 11"8; Altoelli (Ave-

zano) e Suzzu (Cagliari) non partiti.

M. 400 PIANI: (6-10 mattino). Due serie i cui sei migliori tempi accedono alla finale. Nella prima Sisinni passeggia in 51"1 trascinandosi in finale gli altri tre concorrenti. (6-10 pomeriggio). I finalisti risentono delle serie corse al mattino. Vince strameritatamente Vito Sisinni di Potenza in un discreto 50"7. Per gli altri è notte fonda con tempi oltre i 52" netti.

1ª serie: 1) Sisinni Vito (Potenza) 51"1.

2ª serie: 1) Nepa Filippo (Teramo) 52"7.

FINALE

1) Sisinni Vito (Potenza) 50"7

2) Nepa Filippo (Teramo) 52"1

3) Cellucci Claudio (Velletri) 53"3

4) Cuffaro Giorgio (Firenze) 53"9

5) Bianco Giuliano (Udine) 54"9

6) Alberti Silverio (Viterbo) 57"4

M. 1.000 PIANI (6-10 pomeriggio). Combattutissima finale che si risolve solo in retta d'arrivo. Vince il catanese Di Stefano, degno erede di Riolo, che distanzia lo spezzino Godani di 7/10 di sec. Terzo per un soffio il piacentino Bottarella dopo un lungo sprint mozzafiato.

1) Di Stefano Salvatore (Catania) 2'36"9

2) Godani Maurizio (La Spezia) 2'37"6

3) Bottarella Luciano (Piacenza) 2'37"8

4) Santoni Stefano (Firenze) 2'39"1

5) Pianta Antonio (Cagliari) 2'39"5

6) Fortina Graziano (Novara) 2'40"2

7) Torquati (Teramo) 2'40"5; 8) Capicciola (Cagliari) 2'45"2; 9) Marinelli (Velletri) 2'47"3; 10) Carloti (Mantova) 2'48"2; 11) Mugavero (Caltanissetta) 2'49"6; 12) Diana (Cagliari) 2'49"6.

M. 3.000 PIANI: (6-10 pomeriggio). Cavalcata solitaria del rappresentante di Putignano, che con straordinaria facilità termina in 8'50"2. Per il secondo posto la spunta, dopo un avvincente duello, il catanese Magri che infligge più di due secondi al diretto rivale Anghelli.



Allievi: finale dei 100 metri

Naufraga nelle retrovie l'udinese Medeossi in 9'37"5, ma ben poco avrebbe potuto fare anche avvicinandosi ai suoi migliori tempi stagionali.

1) De Castaldo Giacinto (Putign.) 8'50"2

2) Magri Lorenzo (Catania) 9'02"1

3) Anghelli Walter (Marino) 9'04"8

4) Cavicchioli Claudio (Mantova) 9'09"7

5) Congera Antonio (Cagliari) 9'12"1

6) Leandrini Aldo (Livorno) 9'13"5

7) Dadomo (Piacenza) 9'14"4; 8) Datore (Pescara) 9'36"7; 9) Briganti (Potenza) 9'37"5; 10) Medeossi (Udine) 9'37"5;

11) Checchinato (Saronno) 10'05"2; 12) Damario (Chieti) 10'25"1; 13) Buccheri (Milazzo) 10'34"9; 14) Irato (id.) 10'41"5.

M. 110 OSTACOLI: (6-10 pomeriggio). Due serie dove si qualificano i migliori sei tempi. Nella prima l'udinese Dal Bello (campione e primatista italiano di octathlon), urta il quarto ostacolo, ma termina in un brillante 16". Nella seconda due uomini fanno ancora meglio: Canci (15"6) e Alberti (15"7), fungendo da punto avanzato di riferimento per il catanese Fazio, che seppur quarto, si qualifica con il sesto miglior tempo (17"6). (7-10 mattino). Conci vince senza patemi d'animo ripetendosi in 15"6. Secondo di un soffio Alberi che precede il mantovano Beltrami. Dal Bello sbaglia tutto. Picchia ripetutamente contro gli ostacoli e come se ciò non bastasse si ferma 10 metri prima della linea d'arrivo tratto in inganno dall'arretramento della stessa.

1ª serie: 1) Dal Bello (Udine) 16"; 2)

Giusti (Pordenone) 16"9; 3) Zinant (Gonars) 18"6; 4) Ghisari (Catania) 19".

2ª serie: 1) Canci (Pescara) 15"6; 2) Alberi (Muggia) 15"7; 3) Beltrami (Mantova) 16"1; 4) Fazio (Catania) 17"6; 5) Martino (Avellino) 18".

FINALE

1) Canci Mario (Pescara) 15"6

2) Alberi Fulvio (Muggia) 16"

3) Beltrami Enrico (Mantova) 16"1

4) Dal Bello Claudio (Udine) 17"1

5) Giusti Stefano (Pordenone) 17"7

6) Fazio Giuseppe (Catania) 18"

M. 400 OSTACOLI: (6-10 mattino). Tre serie i cui sei migliori tempi accedono alla finale del pomeriggio. Il ravennate Zoli (ex primatista italiano di octathlon) fa registrare il miglior tempo con 56"6. Valido nella seconda l'udinese Frisano in 58"4, anche se un po' contratto in retta d'arrivo. (6-10 pomeriggio). Colpo di scena alla partenza. Frisano in sesta corsia non sente l'ordine « Pronti » dello starter, resta immobile e dopo lo sparo incerto sul da farsi, scatta dai blocchi solo quando si vede sopravanzato dal concorrente in quinta corsia. A nulla valgono i reclami presentati. La classifica viene confermata assegnando a Zoli, che nulla ha rubato, il primo posto in 56"4).

1ª serie: 1) Zoli Saverio (Ravenna) 56"6;

2) Porro Luciano (Saronno) 58"7; 3) Bisognani Giovanni (Rimini) e Colombo Alberto (Livorno) 60"4.

2ª Serie: 1) Frisano Ivo (Udine) 58"4; 2) Prunetti Claudio (Saronno) 58"9; 3) Anastasio G. Franco (Vercelli) 59"6.

3ª serie: 1) Leone Giuseppe (Salerno) 58"7;

2) Picciani Valeriano (Chieti) 59"8; 3) Summa Carmine (Potenza) 60"6.

FINALE dal 1º al 6º posto

1) Zoli Saverio (Ravenna) 56"4

2) Anastasio G. Franco (Vercelli) 58"4

3) Leone Giuseppe (Salerno) 48"7

4) Porro Luciano (Saronno) 58"8

5) Prunetti Claudio (id.) 59"

6) Frisano Ivo (Udine) 63"4

FINALE dal 7º al 12º posto

1) Picciani (Chieti) 58"8; 2) Bisognani (Rimini) 60"9; 3) Bruno (Avellino) 63"5;

Summa (ritirato), Nobile, Colombo (non partiti).

## CAMPIONATI ITALIANI LIBERTAS

M. 1.500 SIEPI: (6-10 pomeriggio). Grande prova di carattere e di temperamento del mantovano Truschi che letteralmente stravinca in una gara solitaria terminando in 4'24". Nulla da fare per gli altri che solo da lontano lottano per la piazza d'onore. La spunta il catanese La Russa, a riconferma di un settore mezzofondo decisamente buono. Terzo, ma ben spaziato Ceccarelli in 4'36"5.

1) Truschi Gianni (Mantova)	4'24"								
2) La Russa Ugo (Catania)	4'32"1								
3) Ceccarelli Fabio (Lanuvio)	4'36"5								
4) Belfiore Angelo (Catania)	4'42"7								
5) Frasca Daniele (Urbe Lazio)	4'44"1								
6) Bongiorno Angelo (La Spezia)	4'45"5								
7) De Angelis (id.)	4'48"1; 8) De Robertis Abdon (Putignano)	4'49"2; 9) Molino (Catania)	4'49"9; 10) Vicario (Velletri)	4'53"3; 11) Coni (Cagliari)	4'54"8; 12) Sarsale (Viterbo)	4'55"1; 13) Forgione (Livorno)	4'56"8; 14) Carpentieri (Salerno)	4'59"1; 15) Marchini (Saronno)	5'08"4; Pizzigalli (Cernusco L.) non partito.

STAFFETTA 4x100: (6-10 pomeriggio). Due serie per designare la classifica finale. Nella prima Pescara (44"3) distanzia Chieti che non fa meglio di 44"7. Terzi fuoclassifica, per non aver conseguito il previsto limite di partecipazione, gli udinesi Dal Bello-Barella-Nobile e Piuze che per un disastroso secondo e un non al meglio terzo cambio non realizzano un tempo altisonante.

Nella seconda serie Livorno schizza via velocissima realizzando il tempo vincente: 43"6. Seconda Novara che per 1/10 di sec. si vede strappare l'argento dai pescaresi.

1ª serie: 1) Pescara 44"3; 2) Chieti 44"7; 3) Firenze 45"; 4) Viterbo 46"2; 5) Saronno 47"4; fuori gara: Udine 44"9.
2ª serie: 1) Livorno 43"6; 2) Novara 44"4; 3) Pordenone 44"5; 4) Rimini 45"2.

SALTO IN ALTO: (6-10 pomeriggio). Roberto Margoni, udinese, della scuola di Fausto Anzil, giunto a Verona con un personale di m. 2,00, vince rocambolescamente su Di Cristoforo. Alla pari a m. 1,95 si vede assegnare la vittoria per essere entrato in gara a m. 1,85, con-

tro gli 1,80 dell'avezzanese. Terzo D'Aquino che strappa il bronzo allo sfuocato Pividori.

1) Margoni Roberto (Udine)	1,95
2) Di Cristoforo G. Domen. (Avezz.)	1,95
3) D'Aquino Giorgio (Novara)	1,90
4) Pividori Stefano (Udine)	1,90
5) Favro Claudio (Torino)	1,85
6) Lancione Massimo (Pescara)	1,83
7) Di Pasquale (Avezzano) 1,83; 8) Boni (Piacenza) 1,80; 9) Corbelli (Rimini) 1,80; 10) Santone (Pescara) 1,80; 11) Miccinesi (Firenze) 1,75; 12) Cei (La Spezia) 1,70.	



Il teatino DI TIZIO, vincitore del Triplo

SALTO IN LUNGO: (7-10 mattino). Drama per Tiziano Nobile, favorito, che dopo le perfette rincorse di prova non trova la giusta cadenza d'avvio. Dopo due nulli, «spara» un terzo salto a 50 cm. dalla tavoletta di battuta, realizzando un 6,07 che non gli consentono di accedere alla finale. Il teramense Ciavatta, molto regolare, si impone sul bolognese Lega che toglie il secondo posto al torinese Bacciarelli per la seconda miglior misura (entrambi fermi a m. 6,44).

1) Ciavatta Franco (Teramo)	6,59
2) Lega Mario (Bologna)	6,44
3) Bacciarelli Emanuele (Torino)	6,44
4) Padovani Marco (Rimini)	6,31
5) Siboni Massimo (Piacenza)	6,25
6) Testa Daniele (Fiorano)	6,24
7) Biagi (Livorno) 6,11; 8) Pellegrini (Chieti) 6,07; 9) Nobile (Udine) 6,07; 10) Novelli (Ronchi Leg.) 5,99; 11) Ferro (Torino) 5,91; 12) Motta (Mantova) 5,86; 13) Durantini (id.) 5,64; 14) Piana (Fiorenzuola) 5,63; 15) Marino (Catania) 5,49; 16) Pravato (Novara) 5,48.	

SALTO CON L'ASTA: (7-10 mattino). Pochi i concorrenti in una gara che senza sussulti giunge in fretta al termine. Barella completa il tritico delle vittorie degli atleti di Udine nel settore dell'asta. La sua misura è appena sufficiente, ma tre infortuni (al capo, al ginocchio e alla schiena) nel giro di un mese e mezzo, sono davvero troppi. Secondo il mantovano Borgonovi, che comunque avrebbe dovuto progredire di più dallo scorso anno (3,50). Quarto il solito sfortunato Mosangini che in gara perde parte della sua notevole carica agonistica.

1) Barella Mauro (Udine)	3,90
2) Borgonovi Paolo (Mantova)	3,80
3) Pontara Paolo (Mantova)	3,70
4) Mosangini Carlo (Udine)	3,40
5) Alfieri Raffaele (Salerno)	3,00
5) Ficcherà Cosimo (Catania)	p.m. 3,00

SALTO TRIPLO: (6-10 pomeriggio). Gara di buon livello tecnico. I primi due classificati si sarebbero inseriti al secondo e terzo posto nella classifica della categoria superiore. Domina la gara il rappresentante di Chieti Di Tizio che sgombera il campo con un probante 13,91. Secondo il nostro regionale Piapan che resta a cm. 27 dal vincitore. Onesta la prova di Pasqualini che, con maggior fortuna, avrebbe potuto inserirsi nel gruppo dei primissimi.

1) Di Tizio Francesco (Chieti)	13,91
2) Piapan Paolo (Trieste)	13,64
3) Coloricchio Elvio (Palmanova)	12,85
4) Tallone Giorgio (Torino)	12,62
5) Franchino Giuseppe (Potenza)	12,32
6) Pacini Francesco (Viterbo)	12,27
7) Pasqualini Manlio (Udine) 12,19; 8) Gulino (Enna) 11,85; 9) Polizzi (Catania) 11,82; 10) Di Tizio G.C. (Chieti) 11,77.	

GETTO DEL PESO: (6-10 mattino). Gara combattutissima ed incerta sino all'ultimo che vede finire i primi sette concorrenti tutti nello spazio di cm. 91. La spunta il piacentino Tassi che infrange la fetuccia dei 13 metri. Per il secondo posto lotta a suon di centimetri tra Marcantonio (12,62) e il mantovano Gambi (12,52) che manca di 50 cm. la tripletta mantovana nel peso.

## CAMPIONATI ITALIANI LIBERTAS

per il palmanovese 1/10 di secondo in più.

1ª serie: 1) Caruso Giuseppe (Palmanova) 11"1.

2ª serie: 1) Invernizzi Claudio (Livorno) 11"1.

3ª serie: 1) Conte Marco (Livorno) 11"1.

FINALE dei primi sei posti

1) Invernizzi Claudio (Livorno) 11"1

2) Caruso Giuseppe (Palmanova) 11"1

3) Conte Marco (Livorno) 11"1 sp.

4) Mosca Maurizio (Ancona) 11"5

5) Piuze Franco (Udine) 11"5 sp.

6) Grotto Giovanni (Vercelli) 11"6

FINALE dei secondi

1) Romili (Arezzo) 11"2; 2) Luraschi (No-

vara) 11"4; 3) Barcellini (id.) 11"6; 4)

Cosentino (Salerno) 11"8; Altoelli (Ave-

zano) e Suzzu (Cagliari) non partiti.

M. 400 PIANI: (6-10 mattino). Due serie i cui sei migliori tempi accedono alla finale. Nella prima Sisinni passeggia in 51"1 trascinandosi in finale gli altri tre concorrenti. (6-10 pomeriggio). I finalisti risentono delle serie corse al mattino. Vince strameritatamente Vito Sisinni di Potenza in un discreto 50"7. Per gli altri è notte fonda con tempi oltre i 52" netti.

1ª serie: 1) Sisinni Vito (Potenza) 51"1.

2ª serie: 1) Nepa Filippo (Teramo) 52"7.

FINALE

1) Sisinni Vito (Potenza) 50"7

2) Nepa Filippo (Teramo) 52"1

3) Cellucci Claudio (Velletri) 53"3

4) Cuffaro Giorgio (Firenze) 53"9

5) Bianco Giuliano (Udine) 54"9

6) Alberti Silverio (Viterbo) 57"4

M. 1.000 PIANI (6-10 pomeriggio). Combattutissima finale che si risolve solo in retta d'arrivo. Vince il catanese Di Stefano, degno erede di Riolo, che distanzia lo spezzino Godani di 7/10 di sec. Terzo per un soffio il piacentino Bottarella dopo un lungo sprint mozzafiato.

1) Di Stefano Salvatore (Catania) 2'36"9

2) Godani Maurizio (La Spezia) 2'37"6

3) Bottarella Luciano (Piacenza) 2'37"8

4) Santoni Stefano (Firenze) 2'39"1

5) Plana Antonio (Cagliari) 2'39"5

6) Fortina Graziano (Novara) 2'40"2

7) Torquati (Teramo) 2'40"5; 8) Capicciola (Cagliari) 2'45"2; 9) Marinelli (Velletri) 2'47"3; 10) Carloti (Mantova) 2'48"2; 11) Mugavero (Caltanissetta) 2'49"6; 12) Diana (Cagliari) 2'49"6.

M. 3.000 PIANI: (6-10 pomeriggio). Cavalcata solitaria del rappresentante di Putignano, che con straordinaria facilità termina in 8'50"2. Per il secondo posto la spunta, dopo un avvincente duello, il catanese Magri che infligge più di due secondi al diretto rivale Anghelli.



Allievi: finale dei 100 metri

Naufra nella retrovie l'udinese Medeoosi in 9'37"5, ma ben poco avrebbe potuto fare anche avvicinandosi ai suoi migliori tempi stagionali.

1) De Castaldo Giacinto (Putign.) 8'50"2

2) Magri Lorenzo (Catania) 9'02"1

3) Anghelli Walter (Marino) 9'04"8

4) Cavicchioli Claudio (Mantova) 9'09"7

5) Congera Antonio (Cagliari) 9'12"1

6) Leandrini Aldo (Livorno) 9'13"5

7) Dadomo (Piacenza) 9'14"4; 8) Datore (Pescara) 9'36"7; 9) Briganti (Potenza) 9'37"5; 10) Medeoosi (Udine) 9'37"5; 11) Checchinato (Saronno) 10'05"2; 12) Damario (Chieti) 10'25"1; 13) Buccheri (Mila-

lazzo) 10'34"9; 14) Irato (id.) 10'41"5.

M. 110 OSTACOLI: (6-10 pomeriggio). Due serie dove si qualificano i migliori sei tempi. Nella prima l'udinese Dal Bello (campione e primatista italiano di octathlon), urta il quarto ostacolo, ma termina in un brillante 16". Nella seconda due uomini fanno ancora meglio: Canci (15"6) e Alberti (15"7), fungendo da punto avanzato di riferimento per il catanese Fazio, che seppur quarto, si qualifica con il sesto miglior tempo (17"6), (7-10 mattino). Conci vince senza patemi d'animo ripetendosi in 15"6. Secondo di un soffio Alberi che precede il mantovano Beltrami. Dal Bello sbaglia tutto. Picchia ripetutamente contro gli ostacoli e come se ciò non bastasse si ferma 10 metri prima della linea d'arrivo tratto in inganno dall'arretramento della stessa.

1ª serie: 1) Dal Bello (Udine) 16"; 2)

Giusti (Pordenone) 16"9; 3) Zinant (Gon-

nars) 18"6; 4) Ghisari (Catania) 19".

2ª serie: 1) Canci (Pescara) 15"6; 2) Al-

beri (Muggia) 15"7; 3) Beltrami (Mantova)

16"1; 4) Fazio (Catania) 17"6; 5) Martino

(Avellino) 18".

FINALE

1) Canci Mario (Pescara) 15"6

2) Alberi Fulvio (Muggia) 16"

3) Beltrami Enrico (Mantova) 16"1

4) Dal Bello Claudio (Udine) 17"1

5) Giusti Stefano (Pordenone) 17"7

6) Fazio Giuseppe (Catania) 18"

M. 400 OSTACOLI: (6-10 mattino). Tre serie i cui sei migliori tempi accedono alla finale del pomeriggio. Il ravennate Zoli (ex primatista italiano di octathlon) fa registrare il miglior tempo con 56"6. Valido nella seconda l'udinese Frisano in 58"4, anche se un po' contratto in retta d'arrivo. (6-10 pomeriggio). Colpo di scena alla partenza. Frisano in sesta corsia non sente l'ordine « Pronti » dello starter, resta immobile e dopo lo sparo incerto sul da farsi, scatta dai blocchi solo quando si vede sopravanzato dal concorrente in quinta corsia. A nulla valgono i reclami presentati. La classifica viene confermata assegnando a Zoli, che nulla ha rubato, il primo posto in 56"4).

1ª serie: 1) Zoli Saverio (Ravenna) 56"6;

2) Porro Luciano (Saronno) 58"7; 3) Bisognani Giovanni (Rimini) e Colombo Al-

berto (Livorno) 60"4.

2ª Serie: 1) Frisano Ivo (Udine) 58"4; 2)

Prunetti Claudio (Saronno) 58"9; 3) Ana-

stasio G. Franco (Vercelli) 59"6.

3ª serie: 1) Leone Giuseppe (Salerno) 58"7;

2) Picciani Valeriano (Chieti) 59"8; 3) Sum-

ma Carmine (Potenza) 60"6.

FINALE dal 1º al 6º posto

1) Zoli Saverio (Ravenna) 56"4

2) Anastasio G. Franco (Vercelli) 58"4

3) Leone Giuseppe (Salerno) 48"7

4) Porro Luciano (Saronno) 58"8

5) Prunetti Claudio (id.) 59"

6) Frisano Ivo (Udine) 63"4

FINALE dal 7º al 12º posto

1) Picciani (Chieti) 58"8; 2) Bisognani (Ri-

mini) 60"9; 3) Bruno (Avellino) 63"5;

Summa (ritirato), Nobile, Colombo (non

partiti).



M. 1.500 SIEPI: (6-10 pomeriggio). Grande prova di carattere e di temperamento del mantovano Truschi che letteralmente stravinca in una gara solitaria terminando in 4'24". Nulla da fare per gli altri che solo da lontano lottano per la piazza d'onore. La spunta il catanese La Russa, a riconferma di un settore mezzofondo decisamente buono. Terzo, ma ben spaziato Ceccarelli in 4'36"5.

1) Truschi Gianni (Mantova)	4'24"								
2) La Russa Ugo (Catania)	4'32"1								
3) Ceccarelli Fabio (Lanuvio)	4'36"5								
4) Belfiore Angelo (Catania)	4'42"7								
5) Frasca Daniele (Urbe Lazio)	4'44"1								
6) Bongiorno Angelo (La Spezia)	4'45"5								
7) De Angelis (id.)	4'48"1; 8) De Robertis Abdon (Putignano)	4'49"2; 9) Molino (Catania)	4'49"9; 10) Vicario (Velletri)	4'53"3; 11) Coni (Cagliari)	4'54"8; 12) Sarsale (Viterbo)	4'55"7; 13) Forgiione (Livorno)	4'56"8; 14) Carpentieri (Salerno)	4'59"7; 15) Marchini (Saronno)	5'08"4; Pizzigalli (Cernusco L.) non partito.

STAFFETTA 4x100: (6-10 pomeriggio). Due serie per designare la classifica finale. Nella prima Pescara (44"3) distanzia Chieti che non fa meglio di 44"7. Terzi fuoclassifica, per non aver conseguito il previsto limite di partecipazione, gli udinesi Dal Bello-Barella-Nobile e Piuze che per un disastroso secondo e un non al meglio terzo cambio non realizzano un tempo altisonante.

Nella seconda serie Livorno schizza via velocissima realizzando il tempo vincente: 43"6. Seconda Novara che per 1/10 di sec. si vede strappare l'argento dai pescaresi.

1ª serie: 1) Pescara 44"3; 2) Chieti 44"7; 3) Firenze 45"; 4) Viterbo 46"2; 5) Saronno 47"4; fuori gara: Udine 44"9.
2ª serie: 1) Livorno 43"6; 2) Novara 44"4; 3) Pordenone 44"5; 4) Rimini 45"2.

SALTO IN ALTO: (6-10 pomeriggio). Roberto Margoni, udinese, della scuola di Fausto Anzil, giunto a Verona con un personale di m. 2,00, vince rocambolescamente su Di Cristoforo. Alla pari a m. 1,95 si vede assegnare la vittoria per essere entrato in gara a m. 1,85, con-

tro gli 1,80 dell'avezzanese. Terzo D'Aquino che strappa il bronzo allo sfuocato Pividori.

1) Margoni Roberto (Udine)	1,95
2) Di Cristoforo G. Domen. (Avezz.)	1,95
3) D'Aquino Giorgio (Novara)	1,90
4) Pividori Stefano (Udine)	1,90
5) Favro Claudio (Torino)	1,85
6) Lancione Massimo (Pescara)	1,83
7) Di Pasquale (Avezzano) 1,83; 8) Boni (Piacenza) 1,80; 9) Corbelli (Rimini) 1,80; 10) Santone (Pescara) 1,80; 11) Miccinesi (Firenze) 1,75; 12) Cei (La Spezia) 1,70.	



Il teatino DI TIZIO, vincitore del Triplo

SALTO IN LUNGO: (7-10 mattino). Dramma per Tiziano Nobile, favorito, che dopo le perfette rincorse di prova non trova la giusta cadenza d'avvio. Dopo due nulli, «spara» un terzo salto a 50 cm. dalla tavoletta di battuta, realizzando un 6,07 che non gli consentono di accedere alla finale. Il teramese Ciavatta, molto regolare, si impone sul bolognese Lega che toglie il secondo posto al torinese Bacciarelli per la seconda miglior misura (entrambi fermi a m. 6,44).

1) Ciavatta Franco (Teramo)	6,59
2) Lega Mario (Bologna)	6,44
3) Bacciarelli Emanuele (Torino)	6,44
4) Padovani Marco (Rimini)	6,31
5) Siboni Massimo (Piacenza)	6,25
6) Testa Daniele (Fiorano)	6,24
7) Biagi (Livorno) 6,11; 8) Pellegrini (Chie-	
ti) 6,07; 9) Nobile (Udine) 6,07; 10) Novelli	
(Ronchi Leg.) 5,99; 11) Ferro (Torino) 5,91;	
12) Motta (Mantova) 5,86; 13) Durantini	
(id.) 5,64; 14) Piana (Fiorenzuola) 5,63; 15)	
Marino (Catania) 5,49; 16) Pravato (No-	
vara) 5,48.	

SALTO CON L'ASTA: (7-10 mattino). Pochi i concorrenti in una gara che senza sussulti giunge in fretta al termine. Barella completa il trittico delle vittorie degli atleti di Udine nel settore dell'asta. La sua misura è appena sufficiente, ma tre infortuni (al capo, al ginocchio e alla schiena) nel giro di un mese e mezzo, sono davvero troppi. Secondo il mantovano Borgonovi, che comunque avrebbe dovuto progredire di più dallo scorso anno (3,50). Quarto il solito sfortunato Mosangini che in gara perde parte della sua notevole carica agonistica.

1) Barella Mauro (Udine)	3,90
2) Borgonovi Paolo (Mantova)	3,80
3) Pontara Paolo (Mantova)	3,70
4) Mosangini Carlo (Udine)	3,40
5) Alfieri Raffaele (Salerno)	3,00
5) Ficcheria Cosimo (Catania)	p.m. 3,00

SALTO TRIPLO: (6-10 pomeriggio). Gara di buon livello tecnico. I primi due classificati si sarebbero inseriti al secondo e terzo posto nella classifica della categoria superiore. Domina la gara il rappresentante di Chieti Di Tizio che sgombera il campo con un probante 13,91. Secondo il nostro regionale Piapan che resta a cm. 27 dal vincitore. Onesta la prova di Pasqualini che, con maggior fortuna, avrebbe potuto inserirsi nel gruppo dei primissimi.

1) Di Tizio Francesco (Chieti)	13,91
2) Piapan Paolo (Trieste)	13,64
3) Coloricchio Elvio (Palmanova)	12,85
4) Tallone Giorgio (Torino)	12,62
5) Franchino Giuseppe (Potenza)	12,32
6) Pacini Francesco (Viterbo)	12,27
7) Pasqualini Manlio (Udine)	12,19;
8) Gulino (Enna)	11,85;
9) Polizzi (Catania)	11,82;
10) Di Tizio G.C. (Chieti)	11,77.

GETTO DEL PESO: (6-10 mattino). Gara combattutissima ed incerta sino all'ultimo che vede finire i primi sette concorrenti tutti nello spazio di cm. 91. La spunta il piacentino Tassi che infrange la fetuccia dei 13 metri. Per il secondo posto lotta a suon di centimetri tra Marcantonio (12,62) e il mantovano Gambi (12,52) che manca di 50 cm. la tripletta mantovana nel peso.

## CAMPIONATI ITALIANI LIBERTAS

1) Tassi Dante (Piacenza)	12,98
2) Marcantonio Antonio (Potenza)	12,62
3) Gambi Giorgio (Mantova)	12,52
4) Rossi Vittorio (Piacenza)	12,26
5) Porcorossi Massimo (Viterbo)	12,20
6) Lo Bue Luigi (Agrigento)	12,16
7) Asperi (Novara) 12,07; 8) Tricarico (Potenza) 9,12.	

**LANCIO DEL DISCO: (6-10).** Una vittoria «éclatant» del pordenonese Davanzo che con m. 40,34 mette tutti d'accordo. Secondo, vicinissimo, il catanese Terrazzi anch'egli sopra i 40 metri. Terzo il pescarese Ciavattella che accorda due buoni metri al riminese Casanova.

1) Davanzo Enzo (Pordenone)	40,34
2) Terrazzi Marco (Catania)	40,08
3) Ciavattella Ugo (Pescara)	39,72
4) Casanova Massimo (Rimini)	37,56
5) Malandri Massimo (Ravenna)	36,00
6) Villa Paolo (Lanuvio)	34,14
7) Frittelli (Viterbo) 33,64; 8) Tomei (Lanuvio) 33,46; 9) Bernini (Mantova) 33,16; 10) Tosi (id.) 31,14; 11) Marconi (Teramo) 29,34; 12) Ganelli (Mantova) 28,76; 13) Salvador (Ronchi dei Leg.) 26,54.	

**LANCIO DEL MARTELLO: (6-10 pomeriggio).** Dominio incontrastato del regolarissimo Zanfagnini che spazza il campo non concedendo repliche agli avversari. Lo segue la coppia di Catania Benintende-Toscano, appaiati a m. 40. Quarto il pordenonese Bertolin.

1) Zanfagnini Enrico (Udine)	46,28
2) Benintende Paolo (Catania)	41,12
3) Toscano Giuseppe (Catania)	39,96
4) Bertolin Mario (Pordenone)	36,48
5) Rebuzzi Maurizio (Mantova)	33,36
6) Amato Carlo (id.)	32,56
7) Pascale Vincenzo (Salerno)	30,64

**LANCIO DEL GIAVELLOTTO: (6-10 mattino).** Colpo di scena nella prima finale di questi campionati italiani Libertas. Claudio Casarsa, anche se non al meglio della condizione, è severamente punito da un discutibile verdetto dei giudici. Il primo e il terzo lancio infatti (il secondo è nullo di pedana), sono giudicati non validi poiché l'attrezzo non si conficca decisamente nel terreno con una decisione discutibile, ma comunque inappellabile. In questo modo ha via libera Paglialogo che di poco va oltre i 50 metri. Bravamente l'udinese Dolce si inserisce al terzo posto della classifica finale.

1) Paglialogo Matteo (Reggio C.)	50,92
2) Chiellini Fabio (Livorno)	46,74
3) Dolce Fabrizio (Udine)	45,80
4) Barbieri Ferdinando (Mantova)	43,90
5) Rodorigo Giuseppe (Avezzano)	43,56

6) Filippuzzi Claudio (Pordenone)	41,78
7) Zilli Maurizio (Udine)	41,54
8) Rossi Giuseppe (Viterbo)	40,28
9) Pricolo Wictor (Piacenza)	38,76
10) Marchicca Franco (Catania)	38,10
11) Drago (Catania) 35,46; Casarsa (Udine) 3 lanci nulli.	

### MEDAGLIERE CAT. « ALLIEVI ».

	oro	arg.	bronzo
Udine	3	0	1
Livorno	2	1	1
Chieti	2	0	0
Catania	1	4	1
Pescara	1	1	1
Potenza	1	1	0
Teramo	1	1	0
Piacenza	1	0	1
Pordenone	1	0	0
Putignano	1	0	0
Reggio Calabria	1	0	0
Mantova	0	1	3
Avezzano	0	1	0
Bologna	0	1	0
La Spezia	0	1	0
Muggia	0	1	0
Palmanova	0	1	0
Rimini	0	1	0
Novara	0	0	2
Avellino	0	0	1
Lanuvio	0	0	1
Marino	0	0	1
Torino	0	0	1
Velletri	0	0	1

### CLASSIFICA FINALE CAT. ALLIEVI

1) Libertas Udine	punti 39
2) Libertas Catania	36
3) Libertas Mantova	33
4) Libertas Livorno	24
5) Libertas Pescara	17
6) Libertas Pordenone	16
Libertas Piacenza	16
8) Libertas Potenza	14
9) Libertas Teramo	12
10) Libertas Ravenna	9
Libertas Novara	9
Libertas Torino	9
Libertas Palmanova	9
14) Libertas Reggio Calabria	7
Libertas Avezzano	7
Libertas Firenze	7
Libertas Putignano	7
Libertas Chieti	7
19) Libertas Rimini	6
Libertas Vercelli	6
Libertas La Spezia	6
22) Libertas Salerno	5,5
23) Libertas Lanuvio	5
Libertas Saronno	5
Libertas Muggia	5
Libertas Bologna	5
Libertas Trieste	5
28) Libertas Viterbo	4
Libertas Marino	4
Libertas Cagliari	4
Libertas Velletri	4
32) Libertas Ancona	3
33) Libertas Urbe Lazio	2
33) Libertas Chieti	2
35) Libertas Agrigento	1
Libertas Fiorano	1

## categoria seniores

**M. 100 PIANI: (6-10 pomeriggio).** Tre batterie i cui due migliori vanno in finale. Nella prima il pescarese Leonzio passeggia in un facile 11"4. Comunque i tempi migliori li fanno registrare Cino (11"2) e Costanzi (11"3). (7-10 mattino). In finale Leonzio regola con estrema facilità gli avversari, terminando la fatica in un poco probante 11"1. Secondo è Cino che non va sotto gli 11"3, mentre il riminese Costanzi naufraga al terzo posto con 11"4.

1ª batteria: 1) Leonzio (Pescara) 11"4; 2) Battisti (Mantova) 11"4; 3) Pompignoli (Ancona) 11"6.

2ª batteria: 1) Cino (Firenzuola) 11"2; 2) Balducci (Pesaro) 11"3; 3) Molinelli (Avezzano) 11"4.

3ª batteria: 1) Costanzi (Rimini) 11"3; 2) Vivaldi (La Spezia) 11"4; 3) Durello (Sesto S. Giovanni) 11"7.

### FINALE

1) Leonzio Adamo (Pescara)	11"1
2) Cino Angelo (Firenzuola)	11"3
3) Costanzi Maurizio (Rimini)	11"4

4) Balducci Marzio (Pesaro)	sp. 11"4
5) Vivaldi Aldo (La Spezia)	11"6
6) Battisti Luigi (Mantova)	sp. 11"6

**M. 200 PIANI.** Sicura prestazione dell'aquilano Lolli che in batteria (22"1) e in finale (22") segna tempi di rilievo, anche in considerazione del non stupefacente rubkor del Bentegodi. Il novarese Guala, dopo una batteria al risparmio, strappa il secondo posto al rappresentante della Libertas Albenga, Ansaldi che a spalla regola l'alessandrino Giordanengo. Tutto sommato quattro uomini in meno di 22"3 conferiscono alla finale un tono dignitoso.

1ª batteria: 1) Giordanengo (Alessandria) 22"7; 2) Guala (Novara) 22"7 sp.; 3) Fardelli (Arezzo) 23"6.

2ª batteria: 1) Lolli (Aquila) 22"1; 2) Ansaldi (Albenga) 22"5; 3) Citti (Livorno) 22"9.

### FINALE

1) Lolli Ginnia (Aquila)	22"
2) Guala Alfredo (Novara)	22"2

- 3) Ansaldo Nicola (Albenga) 22"3  
 4) Giordanengo Ugo (Alessandria) sp. 22"3  
 5) Citti Daniele (Livorno) 23"1  
 6) Fardelli Massimo (Arezzo) 23"7

M. 400 PIANI: (6-10 mattino). Tre batterie i cui due migliori accedono alla finale. Nella prima davvero sfortunato il triestino Tassini che con 50"2 non si qualifica pur avendo fatto segnare il terzo miglior tempo. Bene Bressan in 50"2. Nelle altre nessuna sorpresa. (6-10 pomeriggio). In finale il vercellese Fantone vince da signore in un tempo di tutto rispetto: 49"4. Secondo l'udinese Maiorana, senza lode né demerito, in un per lui normale 50"4.

1ª batteria: 1) Lucchetti (Rimini) 50"2;  
 2) Bressan (Ronchi dei Leg.) 50"2 sp.; 3) Tassini (Trieste) 50"3.

2ª batteria: 1) Ferraro (Vercelli) 50"9; 2) Maiorana (Udine) 50"9; 3) Giusti (Teramo) 51"6.

3ª batteria: 1) Fantone (Vercelli) 50"9; 2) Gugole (Verona) 51"4; 3) Greco (Avelino) 51"7.

## FINALE

- 1) Fantone Giancarlo (Vercelli) 49"4  
 2) Maiorana Carlo (Udine) 50"4  
 3) Ferraro Alessandro (Vercelli) 50"8  
 4) Bressan Maurizio (Ronchi L.) 51"7  
 5) Gugole Claudio (Verona) 52"2  
 6) Lucchetti Riccardo (Rimini) 60"

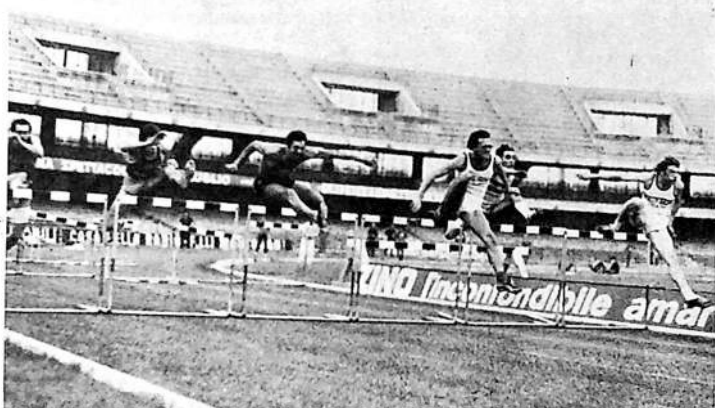
M. 800 PIANI: (6-10 mattino). Due batterie con i tre migliori che passano in finale. Nella prima si impone il mantovano Forini, nella seconda, dopo un passaggio ai 400 metri davvero lento, lo spezzino Del Giudice precede tutti, mentre l'udinese Gardelliano è escluso dal turno successivo. (6-10 pomeriggio). A sera finale avvincente. Lottano l'udinese Bramuzzi e Forini che la spunta in retta d'arrivo con un discreto margine. A parziale scusante dell'udinese un fastidioso risentimento muscolare ad una gamba.

1ª batteria: 1) Forini (Mantova) 1'59"5;  
 2) Campisi (Catania) 2'00"; 3) Di Sante (Pescara) 2'00"7.

2ª batteria: 1) Del Giudice (La Spezia) 2'00"3; 2) Intotero (Potenza) 2'00"4; 3) Bramuzzi (Udine) 2'00"6.

## FINALE

- 1) Forini Daniele (Mantova) 1'54"7  
 2) Bramuzzi Giorgio (Udine) 1'56"  
 3) Intotero Walter (Potenza) 1'56"8  
 4) Campisi Gaetano (Catania) 1'56"8  
 5) Del Giudice Guido (La Spezia) 1'58"4  
 6) Di Sante Piero (Pescara) 1'59"9



Assoluti: finale dei m. 110 ad ostacoli

M. 1.500 PIANI: (6-10 pomeriggio). Partono in 11 e tutto lascia prevedere un aspro scontro tra Mavaracchio e Ortis. Va subito al comando l'udinese Sacchi, ma si capisce che nessuno ha interesse a forzare l'andatura (1'10" ai 400; 2'16" agli 800). Tutto si risolve sull'ultimo rettilineo: Mavaracchio tenacemente resiste al ritorno di Ortis che non riesce a saltare il torinese. Per tutti tempi modesti.

- 1) Mavaracchio Giuseppe (Torino) 4'01"4  
 2) Ortis Venanzio (Udine) 4'01"6  
 3) Faedo Francesco (Mantova) 4'06"2  
 4) Sacchi Giuseppe (Udine) 4'07"3  
 5) Cappello Felice (Caltagirone) 4'07"8  
 6) Pezzoli Privato (Bergamo) 4'09"1  
 7) Vecchio (Novara) 4'12"8; 8) Margarini (Bergamo) 4'16"2; 9) Buscarini (Ancona) 4'17"1; 10) Zito (Sesto S.G.) 4'35"

M. 5.000 PIANI: (7-10 mattino). 4 chilometri senza sussulti, un ultimo chilometro a tratti avvincente hanno caratterizzato questa prova. Il catanese Riolo non resiste al cambio di ritmo del rappresentante di Chieti Chiavatti che puntualmente vince in 14'58"4. Seguono sgranati tutti gli altri.

- 1) Chiavatti Donato (Chieti) 14'58"4  
 2) Riolo Vito (Catania) 15'04"7  
 3) Del Zoppo Piero (Chieti) 15'14"2  
 4) Darra Riccardo (Mantova) 15'15"7  
 5) Jannoni Giulio (Lanuvio) 15'20"8  
 6) Santoddi Raffaele (Caltagirone) 15'24"1  
 7) Ferrari Damino (Mantova) 16'01"8  
 8) Petruccione Antonio (Livorno) 16'04"6

M. 110 OSTACOLI: (6-10 pomeriggio). Due batterie poco numerose. Marconi si segnala subito con un ottimo 14"8, mentre nella susseguente il pordenonese Anastasia è

validissimo in 15"1. (7-10 mattino). Partono dalla corda: Battioni, Calvi, Marconi, Anastasia, Cerruti e Franzolini. Si rinnova il duello tra terza e quarta corsia che termina a favore del pescarese, mentre ne approfitta Battioni per incunearsi all'arrivo tra i due litiganti. Il nervosismo e un leggero vento contrario hanno un po' falsato i risultati cronometrici.

1ª batteria: 1) Marconi (Pescara) 14"8;  
 2) Franzolini (Udine) 15"9; 3) Cerruti (Vercelli) 16"

2ª batteria: 1) Anastasia (Pordenone) 15"1;  
 2) Battioni (Fiorenzuola) 15"2; 3) Calvi (La Spezia) 16"1.

## FINALE

- 1) Marconi Antonio (Pescara) 15"2  
 2) Battioni Augusto (Fiorenzuola) 15"3  
 3) Anastasia Antonio (Pordenone) 15"5  
 4) Cerruti Ugo (Vercelli) 16"  
 5) Calvi Costantino (La Spezia) 17"1  
 6) Franzolini Giulio (Udine) 17"4

M. 400 OSTACOLI: (6-10 mattino). Due batterie dove i primi tre entrano in finale. Nella prima si veleggia con il vento in poppa. Anche la seconda è una pura formalità. (6-10 pomeriggio). In finale partono dalla corda: Pedrini, Moritz, Buttazzoni, Caldana, Ciacci e Giavedoni. Moritz parte piuttosto male, ma sbaglia meno degli altri nel proseguo della gara. Buttazzoni è buon secondo con un onesto 55"1. Giavedoni, praticamente al rientro dopo un riacutizzarsi di vecchi malanni alla caviglia, è quinto in 58"3.

1ª batteria: 1) Caldana (Torino) 57"5; 2) Moritz (Novara) 57"6; 3) Buttazzoni (Udine) 57"7.

2ª batteria: 1) Pedrini Incerti (Ravenna) 57"5; 2) Giavedoni (Udine) 58"6; 3) Cacci (Sesto S. G.) 58"6 sp.



## CAMPIONATI ITALIANI LIBERTAS

1) Tassi Dante (Piacenza)	12,98
2) Marcantonio Antonio (Potenza)	12,62
3) Gambi Giorgio (Mantova)	12,52
4) Rossi Vittorio (Piacenza)	12,26
5) Porcorossi Massimo (Viterbo)	12,20
6) Lo Bue Luigi (Agrigento)	12,16
7) Asperi (Novara) 12,07; 8) Tricarico (Potenza) 9,12.	

**LANCIO DEL DISCO: (6-10).** Una vittoria « éclatant » del pordenonese Davanzo che con m. 40,34 mette tutti d'accordo. Secondo, vicinissimo, il catanese Terrazzi anch'egli sopra i 40 metri. Terzo il pescarese Ciavatella che accorda due buoni metri al riminese Casanova.

1) Davanzo Enzo (Pordenone)	40,34
2) Terrazzi Marco (Catania)	40,08
3) Ciavatella Ugo (Pescara)	39,72
4) Casanova Massimo (Rimini)	37,56
5) Malandri Massimo (Ravenna)	36,00
6) Villa Paolo (Lanuvio)	34,14
7) Frittelli (Viterbo) 33,64; 8) Tomei (Lanuvio) 33,46; 9) Bernini (Mantova) 33,16; 10) Tosi (id.) 31,14; 11) Marconi (Teramo) 29,34; 12) Ganelli (Mantova) 28,76; 13) Salvador (Ronchi dei Leg.) 26,54.	

**LANCIO DEL MARTELLO: (6-10 pomeriggio).** Dominio incontrastato del regolarissimo Zanfagnini che spazza il campo non concedendo repliche agli avversari. Lo segue la coppia di Catania Benintende-Toscano, appaiati a m. 40. Quarto il pordenonese Bertolin.

1) Zanfagnini Enrico (Udine)	46,28
2) Benintende Paolo (Catania)	41,12
3) Toscano Giuseppe (Catania)	39,96
4) Bertolin Mario (Pordenone)	36,48
5) Rebuzzi Maurizio (Mantova)	33,36
6) Amato Carlo (id.)	32,56
7) Pascale Vincenzo (Salerno)	30,64

**LANCIO DEL GIAVELLOTTO: (6-10 mattino).** Colpo di scena nella prima finale di questi campionati italiani Libertas. Claudio Casarsa, anche se non al meglio della condizione, è severamente punito da un discutibile verdetto dei giudici. Il primo e il terzo lancio infatti (il secondo è nullo di pedana), sono giudicati non validi poiché l'attrezzo non si conficca decisamente nel terreno con una decisione discutibile, ma comunque inappellabile. In questo modo ha via libera Paglialogo che di poco va oltre i 50 metri. Bravamente l'udinese Dolce si inserisce al terzo posto della classifica finale.

1) Paglialogo Matteo (Reggio C.)	50,92
2) Chiellini Fabio (Livorno)	46,74
3) Dolce Fabrizio (Udine)	45,80
4) Barbieri Ferdinando (Mantova)	43,90
5) Roderigo Giuseppe (Avezzano)	43,56

6) Filippuzzi Claudio (Pordenone)	41,78
7) Zilli Maurizio (Udine)	41,54
8) Rossi Giuseppe (Viterbo)	40,28
9) Pricolo Wictor (Piacenza)	38,76
10) Marchiccia Franco (Catania)	38,10
11) Drago (Catania) 35,46; Casarsa (Udine) 3 lanci nulli.	

### MEDAGLIERE CAT. « ALLIEVI ».

	oro	arg.	bronzo
Udine	3	0	1
Livorno	2	1	1
Chieti	2	0	0
Catania	1	4	1
Pescara	1	1	1
Potenza	1	1	0
Teramo	1	1	0
Piacenza	1	0	1
Pordenone	1	0	0
Putignano	1	0	0
Reggio Calabria	1	0	0
Mantova	0	1	3
Avezzano	0	1	0
Bologna	0	1	0
La Spezia	0	1	0
Muggia	0	1	0
Palmanova	0	1	0
Rimini	0	1	0
Novara	0	0	2
Avellino	0	0	1
Lanuvio	0	0	1
Marino	0	0	1
Torino	0	0	1
Velletri	0	0	1

### CLASSIFICA FINALE CAT. ALLIEVI

	punti
1) Libertas Udine	39
2) Libertas Catania	36
3) Libertas Mantova	33
4) Libertas Livorno	24
5) Libertas Pescara	17
6) Libertas Pordenone	16
Libertas Piacenza	16
8) Libertas Potenza	14
9) Libertas Teramo	12
10) Libertas Ravenna	9
Libertas Novara	9
Libertas Torino	9
Libertas Palmanova	9
14) Libertas Reggio Calabria	7
Libertas Avezzano	7
Libertas Firenze	7
Libertas Putignano	7
Libertas Chieti	7
19) Libertas Rimini	6
Libertas Vercelli	6
Libertas La Spezia	6
22) Libertas Salerno	5,5
23) Libertas Lanuvio	5
Libertas Saronno	5
Libertas Muggia	5
Libertas Bologna	5
Libertas Trieste	5
28) Libertas Viterbo	4
Libertas Marino	4
Libertas Cagliari	4
Libertas Velletri	4
32) Libertas Ancona	3
33) Libertas Urbe Lazio	2
33) Libertas Chieti	2
35) Libertas Agrigento	1
Libertas Fiorano	1

## categoria seniores

**M. 100 PIANI: (6-10 pomeriggio).** Tre batterie i cui due migliori vanno in finale. Nella prima il pescarese Leonzio passeggia in un facile 11"4. Comunque i tempi migliori li fanno registrare Cino (11"2) e Costanzi (11"3). (7-10 mattino). In finale Leonzio regola con estrema facilità gli avversari, terminando la fatica in un poco probante 11"1. Secondo è Cino che non va sotto gli 11"3, mentre il riminese Costanzi naufraga al terzo posto con 11"4.

1ª batteria: 1) Leonzio (Pescara) 11"4; 2) Battisti (Mantova) 11"3; 3) Pompignoli (Ancona) 11"6.

2ª batteria: 1) Cino (Fiorenzuola) 11"2; 2) Balducci (Pesaro) 11"3; 3) Molinelli (Avezzano) 11"4.

3ª batteria: 1) Costanzi (Rimini) 11"3; 2) Vivaldi (La Spezia) 11"4; 3) Durello (Sesto S. Giovanni) 11"7.

### FINALE

1) Leonzio Adamo (Pescara)	11"1
2) Cino Angelo (Fiorenzuola)	11"3
3) Costanzi Maurizio (Rimini)	11"4

4) Balducci Marzio (Pesaro)	sp. 11"4
5) Vivaldi Aldo (La Spezia)	11"6
6) Battisti Luigi (Mantova)	sp. 11"6

**M. 200 PIANI.** Sicura prestazione dell'aquilano Lolli che in batteria (22"1) e in finale (22") segna tempi di rilievo, anche in considerazione del non stupefacente rubkor del Bentegodi. Il novarese Guala, dopo una batteria al risparmio, strappa il secondo posto al rappresentante della Libertas Albenga, Ansaldi che a spalla regola l'alessandrino Giordanengo. Tutto sommato quattro uomini in meno di 22"3 conferiscono alla finale un tono dignitoso.

1ª batteria: 1) Giordanengo (Alessandria) 22"7; 2) Guala (Novara) 22"7 sp.; 3) Fardelli (Arezzo) 23"6.

2ª batteria: 1) Lolli (Aquila) 22"1; 2) Ansaldi (Albenga) 22"5; 3) Citti (Livorno) 22"9.

3ª batteria: 1) Lolli Ginnia (Aquila) 22"

2) Guala Alfredo (Novara) 22"2

## CAMPIONATI ITALIANI LIBERTAS

## CAMPIONATI ITALIANI LIBERTAS

- 3) Ansaldo Nicola (Albenga) 22"3  
4) Giordanengo Ugo (Alessandria) sp. 22"3  
5) Citti Daniele (Livorno) 23"1  
6) Fardelli Massimo (Arezzo) 23"7

M. 400 PIANI: (6-10 mattino). Tre batterie i cui due migliori accedono alla finale. Nella prima davvero sfortunato il triestino Tassini che con 50"2 non si qualifica pur avendo fatto segnare il terzo miglior tempo. Bene Bressan in 50"2. Nelle altre nessuna sorpresa. (6-10 pomeriggio). In finale il vercellese Fantone vince da signore in un tempo di tutto rispetto: 49"4. Secondo l'udinese Maiorana, senza lode né demerito, in un per lui normale 50"4.

1ª batteria: 1) Lucchetti (Rimini) 50"2; 2) Bressan (Ronchi dei Leg.) 50"2 sp.; 3) Tassini (Trieste) 50"3.

2ª batteria: 1) Ferraro (Vercelli) 50"9; 2) Maiorana (Udine) 50"9; 3) Giusti (Terni) 51"6.

3ª batteria: 1) Fantone (Vercelli) 50"9; 2) Gugole (Verona) 51"4; 3) Greco (Avelino) 51"7.

### FINALE

- 1) Fantone Giancarlo (Vercelli) 49"4  
2) Maiorana Carlo (Udine) 50"4  
3) Ferraro Alessandro (Vercelli) 50"8  
4) Bressan Maurizio (Ronchi L.) 51"7  
5) Gugole Claudio (Verona) 52"2  
6) Lucchetti Riccardo (Rimini) 60"

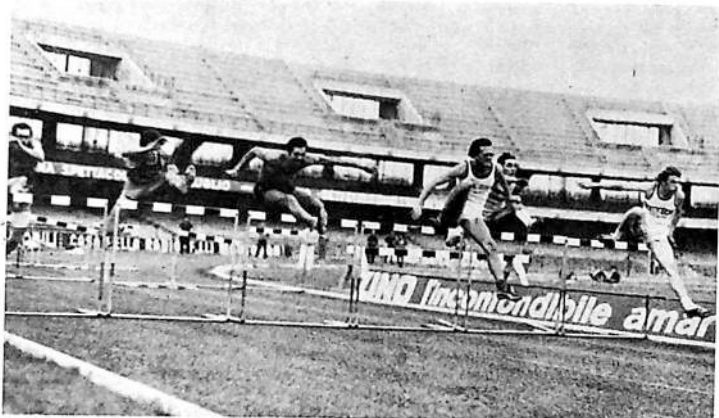
M. 800 PIANI: (6-10 mattino). Due batterie con i tre migliori che passano in finale. Nella prima si impone il mantovano Forini, nella seconda, dopo un passaggio ai 400 metri davvero lento, lo spezzino Del Giudice precede tutti, mentre l'udinese Gardelliano è escluso dal turno successivo. (6-10 pomeriggio). A sera finale avvincente. Lottano l'udinese Bramuzzi e Forini che la spunta in retta d'arrivo con un discreto margine. A parziale scusante dell'udinese un fastidioso risentimento muscolare ad una gamba.

1ª batteria: 1) Forini (Mantova) 1'59"5; 2) Campisi (Catania) 2'00"; 3) Di Sante (Pescara) 2'00"7.

2ª batteria: 1) Del Giudice (La Spezia) 2'00"3; 2) Intotero (Potenza) 2'00"4; 3) Bramuzzi (Udine) 2'00"6.

### FINALE

- 1) Forini Daniele (Mantova) 1'54"7  
2) Bramuzzi Giorgio (Udine) 1'56"  
3) Intotero Walter (Potenza) 1'56"8  
4) Campisi Gaetano (Catania) 1'56"8  
5) Del Giudice Guido (La Spezia) 1'58"4  
6) Di Sante Piero (Pescara) 1'59"9



Assoluti: finale dei m. 110 ad ostacoli

M. 1.500 PIANI: (6-10 pomeriggio). Partono in 11 e tutto lascia prevedere un aspro scontro tra Mavaracchio e Ortis. Va subito al comando l'udinese Sacchi, ma si capisce che nessuno ha interesse a forzare l'andatura (1'10" ai 400; 2'16" agli 800). Tutto si risolve sull'ultimo rettilineo: Mavaracchio tenacemente resiste al ritorno di Ortis che non riesce a saltare il torinese. Per tutti tempi modesti.

- 1) Mavaracchio Giuseppe (Torino) 4'01"4  
2) Ortis Venanzio (Udine) 4'01"6  
3) Faedo Francesco (Mantova) 4'06"2  
4) Sacchi Giuseppe (Udine) 4'07"3  
5) Cappello Felice (Caltagirone) 4'07"8  
6) Pezzoli Privato (Bergamo) 4'09"1  
7) Vecchio (Novara) 4'12"8; 8) Margarini (Bergamo) 4'16"2; 9) Buscarini (Ancona) 4'17"1; 10) Zito (Sesto S.G.) 4'35"

M. 5.000 PIANI: (7-10 mattino). 4 chilometri senza sussulti, un ultimo chilometro a tratti avvincente hanno caratterizzato questa prova. Il catanese Riolo non resiste al cambio di ritmo del rappresentante di Chieti Chiavatti che puntualmente vince in 14'58"4. Seguono sgranati tutti gli altri.

- 1) Chiavatti Donato (Chieti) 14'58"4  
2) Riolo Vito (Catania) 15'04"7  
3) Del Zoppo Piero (Chieti) 15'14"2  
4) Darra Riccardo (Mantova) 15'15"7  
5) Jannoni Giulio (Lanuvio) 15'20"8  
6) Santoddi Raffaele (Caltagirone) 15'24"1  
7) Ferrari Damino (Mantova) 16'01"8  
8) Petruccione Antonio (Livorno) 16'04"6

M. 110 OSTACOLI: (6-10 pomeriggio). Due batterie poco numerose. Marconi si segnala subito con un ottimo 14"8, mentre nella susseguente il pordenonese Anastasia è

validissimo in 15"1. (7-10 mattino). Partono dalla corda: Battioni, Calvi, Marconi, Anastasia, Cerruti e Franzolini. Si rinnova il duello tra terza e quarta corsia che termina a favore del pescarese, mentre ne approfitta Battioni per incunearsi all'arrivo tra i due litiganti. Il nervosismo e un leggero vento contrario hanno un po' falsato i risultati cronometrici.

1ª batteria: 1) Marconi (Pescara) 14"8; 2) Franzolini (Udine) 15"9; 3) Cerruti (Vercelli) 16".

2ª batteria: 1) Anastasia (Pordenone) 15"1; 2) Battioni (Fiorenzuola) 15"2; 3) Calvi (La Spezia) 16"1.

### FINALE

- 1) Marconi Antonio (Pescara) 15"2  
2) Battioni Augusto (Fiorenzuola) 15"3  
3) Anastasia Antonio (Pordenone) 15"5  
4) Cerruti Ugo (Vercelli) 16"  
5) Calvi Costantino (La Spezia) 17"1  
6) Franzolini Giulio (Udine) 17"4

M. 400 OSTACOLI: (6-10 mattino). Due batterie dove i primi tre entrano in finale. Nella prima si veleggia con il vento in poppa. Anche la seconda è una pura formalità. (6-10 pomeriggio). In finale partono dalla corda: Pedrini, Moritz, Buttazzoni, Caldana, Ciacci e Giavedoni. Moritz parte piuttosto male, ma sbaglia meno degli altri nel proseguo della gara. Buttazzoni è buon secondo con un onesto 55"1. Giavedoni, praticamente al rientro dopo un riacutizzarsi di vecchi malanni alla caviglia, è quinto in 58"3.

1ª batteria: 1) Caldana (Torino) 57"5; 2) Moritz (Novara) 57"6; 3) Buttazzoni (Udine) 57"7.

2ª batteria: 1) Pedrini Incerti (Ravenna) 57"5; 2) Giavedoni (Udine) 58"6; 3) Ciacci (Sesto S. G.) 58"6 sp.

## CAMPIONATI ITALIANI LIBERTAS

### FINALE

1) Morlitz Enrico (Novara)	54"4
2) Buttazzoni Giuliano (Udine)	55"1
3) Pedrini Incerti D. (Ravenna)	56"8
4) Caldana Riccardo (Torino)	57"5
5) Giavedoni Cornelio (Udine)	58"2
6) Ciaccl Danilo (Sesto S.G.)	58"3

**STAFFETTA 4 x 100:** (6-10 pomeriggio). Prima batteria: La Spezia e Pescara due delle favorite, si scontrano subito. La spuntano gli spezzini in 43"5 contro il 43"6 dei pescaresi. I livornesi con 44" netti non riescono a qualificarsi per il turno successivo, mentre nella susseguente batteria ben due formazioni passano il turno pur correndo in 45". (7-10 mattino). Finale a sorpresa: squalificati i pescaresi, il riminese Costanzi sfreccia per primo concludendo lo sforzo collettivo in 43"5. Seconda La Spezia che peggiora il suo tempo totale correndo in 43"7.

1ª serie: 1) La Spezia 43"5; 2) Pescara 43"6; 3) Alessandria 43"9; 4. Livorno 44".  
2ª serie: 1) Rimini 43"9; 2) Udine 45"; 3) Novara 45".

### FINALE

1) Libertas Rimini	43"5
2) Libertas La Spezia	43"7
3) Libertas Alessandria	44"4
4) Libertas Novara	44"7
5) Libertas Udine	44"8
Libertas Pescara squalificata.	

**STAFFETTA 4 x 400:** (6-10 pomeriggio). Passeggiano nella prima batteria Teramo, La Spezia e Udine che terminano sulla stessa linea in 3'37"3. Anche la seconda non offre molto, il divario è troppo grande. (7-10 mattino). La finale invece ci tiene con il fiato sospeso sino all'ultimo. Novara e Vercelli si giocano le prime piazze a tutto favore della prima che la spunta per un'ottima frazione finale di Guala. Udine e Mantova nell'ordine, sempre in lizza per i primi posti, nel finale cedono leggermente pur conservando un buon margine sugli spezzini (quinti).

1ª serie: 1) Teramo 3'37"3; 2) La Spezia sp. 3'37"3; 3) Udine sp. 3'37"3; 4) Lanuvio 3'45"7.

2ª serie: 1) Mantova 3'37"; 2) Vercelli 3'37"6; 3) Novara 3'37"7; 4) Pescara 3'39"; 5) Catania 3'52"5.

### FINALE

1) Libertas Novara	3'23"5
2) Libertas Vercelli	3'23"7
3) Libertas Udine	3'24"5
4) Libertas Mantova	3'24"7
5) Libertas La Spezia	3'25"7
6) Libertas Teramo	3'28"5

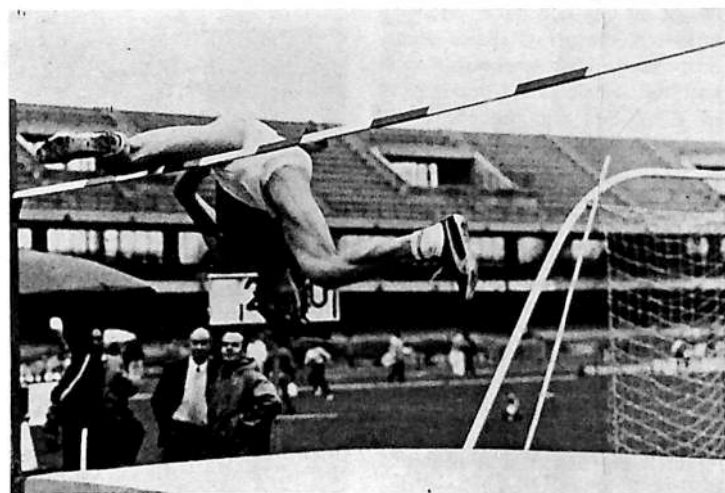
**SALTO IN ALTO:** (7-10 mattino). E' la gara clou della manifestazione. Tutti attendevano con ansia Del Forno ed Enzo non ha deluso l'attesa, con 2,16 valido e un 2,20 alla quarta prova. La progressione di gara è stupenda: fino a 2,20 tutte le prove al primo tentativo. Poi nel mentre i giudici sistemano il regolo a m. 2,20 comincia a piovere ed assistiamo ad un generale fuggi-fuggi per accaparrarsi i posti migliori al riparo dagli scrosci. Enzo, pungolato a far presto, infila i tre salti a disposizione senza soste, poi forse a voler allontanare il momento della chiusura di questa stagione agonistica, vuol riprovare la misura. Azzecca tutto, solo la gamba di svincolo accarezza l'asticella che traballa, ma saldamente resta sui supporti. E' record italiano ... alla quarta prova. Papa e Palmisano con m. 2,00 scompaiono alla luce di tanta e tale prestazione, anche se il secondo migliora il proprio record personale.

1) Del Forno Enzo (Udine)	2,16
2) Papa Luciano (Pescara)	2,00
3) Palmisano Mario (Agrigento)	2,00
4) Spizzamiglio Luigi (Muggia)	1,94
5) Bensi Carlo (Alessandria)	1,94
6) Canali Marco (Pescara)	1,94
7) Bruni (Pordenone)	1,91;
8) Sfolcini (Piacenza)	1,88;
9) Del Zotto (Udine)	1,85;
10) Canossa (Mantova)	1,85;
11) Munini (Udine)	1,80;
12) Di Brigida (Pescara)	1,80;
13) Tintorri (La Spezia)	1,75;
14) Pozzi (Mantova)	1,70.

**SALTO IN LUNGO:** (6-10 pomeriggio). Graziano Chiusa con m. 7,32 domina letteralmente il campo. Solo lo spezzino Arfanotti l'insidia, anche se non proprio da presso. Il vincitore azzecca salti discreti, specie un nullo certamente superiore. Quarto il pordenonese Costa (7,25 di record personale) appositamente venuto dal Belgio dove lavora da vari anni.

1) Chiusa Graziano (Piacenza)	7,32
2) Arfanotti Giovanni (La Spezia)	7,06
3) Traini Mario (Livorno)	6,95
4) Costa Michele (Pordenone)	6,94
5) Consorte Ruggero (Chieti)	6,77
6) Mercalli Attilio (Novara)	6,73
7) Figoni (La Spezia) 6,61; 8) Bergo (Livorno) 6,39; 9) Salemi (Catania) 6,23; 10) Cattelan (Mantova) 6,05; 11) Giasante (Pescara) 5,81.	

**SALTO CON L'ASTA** (6-10 pomeriggio). A m. 4,30 la gara entra nel vivo con Scolari e Colla che migliorano il loro personale. A questa misura il vincitore Cauz è solo 4° per maggior numero di falli ed inaspettatamente gioca la carta della misura intermedia. A m. 4,35 è valido alla prima e, mentre Colla e Marocchi escono, Scolari, dopo una prima prova nulla, tenta l'ultima « chance » passando a m. 4 e 40 cm. Entrambi sbagliano anche se l'udinese dà l'impressione di riuscire nei primi due tentativi. Rimarchevole l'indice di efficienza del vincitore: 55% (con un'



Il salto record di ENZO DEL FORNO





CHIUSA vincitore del Lungo (assoluti)

asta 15-140). Buon rientro nella società d'appartenenza di Claudio Sione (4,10) e degno di menzione il record del pordenonese Cella (4,10).

1) Cauz Ugo (Udine)	4,35
2) Scolari Marino (La Spezia)	4,30
3) Marocchi Onorio (Mantova)	4,30
4) Colia Ettore (Piacenza)	4,30
5) Sione Claudio (Udine)	4,10
6) Cella Maurizio (Pordenone)	4,10
7) Danniis (Udine) 4,00; 8) Nardini (La Spezia) 3,90; 9) Guindani (Saronno) 3,80; 10) Amedoro (Pescara) 3,70.	

**SALTO TRIPLO:** (7-10 mattino). La gara giunge al termine senza troppi sussulti. Il teramense Ruffilli, allenato da De Giuli, si impone facilmente su una non molto agguerrita lista di concorrenti. Per il secondo posto la spunta, dopo un'accesa lotta, il mantovano Rebuzzi (13 m. e 63 cm.) che precede di 13 cm. Noce di Velletri.

1) Ruffilli Claudio (Teramo)	14,24
2) Rebuzzi Alberto (Mantova)	13,63
3) Noce Claudio (Velletri)	13,50
4) Marconi Mauro (Novara)	13,25
5) Corbo G. Carlo (Avellino)	12,77

**GETTO DEL PESO.** Come gli altri lanci, ad eccezione del giavelotto, i concorrenti soffrono non poco per l'esclusione dal Bentegodi. La gara è vinta dal mantovano Pizzinati chi distanzia il pesarese Serafini di 50 cm. Dopo questi due davvero modesti, il vuoto assolu-

to di un settore che non riesce ad elevarsi al di sopra dei 13 m.

1) Pizzinati Carlo (Mantova)	14,74
2) Serafini Paolo (Pesaro)	14,20
3) Armano Mario (Novara)	12,90
4) Castelli Giuliano (La Spezia)	12,84
5) Mannucci Sauro (id.)	12,76
6) Borella Italo (Sesto S.G.)	12,08
7) Borsini (Ancona) 11,96; 8) Della Giovanna (Piacenza) 11,60.	

**LANCIO DEL DISCO:** (6-10 mattino). Vince nettamente il mantovano Grandi, che dopo un primo nullo prende decisamente la testa portandosi sino ad un massimo di 49,10. Secondo è l'udinese David a 10 cm. dal suo personale, dimostrandosi molto regolare su queste misure. Terzo, all'ultimo lancio, lo spezzino D'Angelo che sopravanza il novarese Rigo di soli 10 cm. Quinto Mauro che dopo essersi qualificato finalista per pochi centimetri, si migliora bene sino ad un massimo di m. 43,70.

1) Grandi Fabrizio (Mantova)	49,10
2) David Enrico (Udine)	45,32
3) D'Angelo Maurizio (La Spezia)	44,16
4) Rigo Luigi (Novara)	44,06
5) Mauro Fernando (Udine)	43,70
6) Orsi Giuseppe (Piacenza)	41,30
7) Cammi (id.) 40,36; 8) Coletta (Pescara) 40,12; 9) Girelli (Mantova) 39,80; 10) Bonfà (id.) 39,42; 11) D'Intino (Chieti) 38,32; 12) Lo Russo (Potenza) 31,72; 13) Sbolci (Firenze) 27,96.	

**LANCIO DEL MARTELLLO:** (6-10 pomeriggio). Doppietta del clan udinese che per ancestrale tradizione primeggia in questo settore. Flavio Tonetto, caparbio lavoratore, mette tutti a tacere con un primo

lancio ben oltre i 50 metri. Poi colleziona una serie di cinque nulli consecutivi. Avvincente invece la lotta per il secondo posto, che vede Flaibani spuntarla per 22 cm. sul catanese Casella. Vittoria ancor più significativa se si pensa che Tonetto appartiene ancora alla categoria juniores.

1) Tonetto Flavio (Udine)	52,22
2) Flaibani Giorgio (Udine)	47,54
3) Casella Carmelo (Catania)	47,32
4) Ghidini Adriano (Mantova)	44,20
5) Mascali Isidoro (Catania)	43,32
6) Pirillo Giuseppe (Reggio Calabria) 40,40	
7) Averone (Saronno) 39,76; 8) Diana (Livorno) 37,98.	

**LANCIO DEL GIAVELLOTTO:** (6-10 mattino). Una gara al Bentegodi che avrebbe potuto svolgersi « per corrispondenza » in Friuli. I primi quattro infatti sono tutti friulani a cominciare da De Franzoni discreto a m. 63,56. Secondo l'intramontabile Franco Casarsa che ha probabilmente scaricato la rabbia accumulata per la « defaillance » subita dal fratello minore pochi minuti prima. Terzo, ma ben distanziato, Roberto Rocco che termina la competizione con una miglior misura di m. 57,96.

1) De Franzoni (Palmanova)	63,56
2) Casarsa Franco (Udine)	61,22
3) Rocco Roberto (Palmanova)	57,96
4) Mascarin Andrea (Udine)	55,90
5) Previtali Roberto (Lanuvio)	55,12
6) Bacchetta Leonardo (Novara)	48,26
7) Morini (Genova) 46,84; 8) Borello (Vercelli) 45,84; 9) Filiberti (Novara) 44,38; 10) Sialino (Udine) 44,30; 11) Bongrazio (Pescara) 40,68.	



L'avvio dei 1500 metri

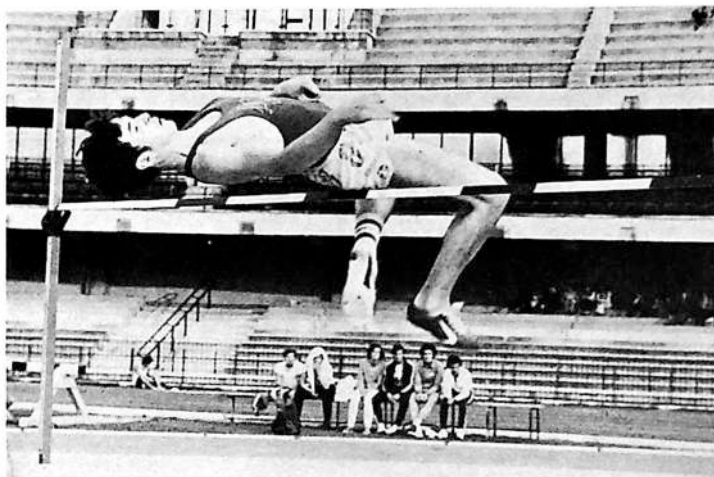
## CAMPIONATI ITALIANI LIBERTAS

### MEDAGLIERE CAT. ASSOLUTI

	oro	arg.	bronzo
Udine	3	7	1
Mantova	3	1	1
Novara	2	1	1
Pescara	2	1	0
Vercelli	1	1	1
Chieti	1	0	1
Palmanova	1	0	1
Rimini	1	0	1
L'Aquila	1	0	0
Piacenza	1	0	0
Teramo	1	0	0
Torino	1	0	0
La Spezia	0	3	1
Fiorenzuola	0	2	0
Catania	0	1	1
Pesaro	0	1	0
Agrigento	0	0	1
Albenga	0	0	1
Alessandria	0	0	1
Livorno	0	0	1
Pordenone	0	0	1
Potenza	0	0	1
Ravenna	0	0	1
Velletri	0	0	1

### CLASSIFICA FINALE ASSOLUTI

	punti	75
1) Libertas Udine	44	
2) Libertas Mantova	34	
3) Libertas Novara	32	
4) Libertas La Spezia	21	
5) Libertas Pescara	19	
6) Libertas Vercelli	14	
7) Libertas Catania	13	
8) Libertas Chieti	12	
9) Libertas Rimini	11	
10) Libertas Palmanova	11	
Libertas Piacenza	10	
12) Libertas Torino	10	
Libertas Fiorenzuola	9	
14) Libertas Alessandria	8	
15) Libertas Pesaro	8	
Libertas Pordenone	8	
Libertas Teramo	7	
18) Libertas L'Aquila	6	
19) Libertas Livorno	4	
20) Libertas Lanuvio	4	
Libertas Ravenna	4	
Libertas Potenza	4	
Libertas Albenga	4	
Libertas Velletri	4	
Libertas Agrigento	3	
26) Libertas Caltagirone	3	
Libertas Ronchi dei Legionari	3	
Libertas Muggia	2	
29) Libertas Sesto San Giovanni	2	
Libertas Verona	2	
Libertas Avellino	1	
32) Libertas Bergamo	1	
Libertas Reggio Calabria	1	
Libertas Arezzo	1	



Fosbury vincente di ROBERTO MARGONI

## l'autunno porta consiglio alla FIDAL

E' proprio l'autunno la stagione propizia per i parti della FIDAL. Forse a voler giustificare la propria presenza ed il proprio ruolo di guida dell'apparato tecnico-organizzativo, influenzata dall'impronta di ricorrenti gruppi di potere, essa reinventa, elabora formule e combinazioni nuove allo scopo di imprimere nuovo impulso allo statico vettore che è la nostra atletica.

L'ultima scoperta in ordine di tempo sono i « Centri di specializzazione » sorta di « Raduni natalizi e pasquali » degli anni '60: riverniciati e serviti come nuovi su un lucente piatto d'argento. Conformandosi all'usuale nostro abito sociale, si è partiti poggiandosi sulla buona volontà, sull'entusiasmo di alcuni, senza garantire una seria impostazione e programmatica e contenutistica.

Si sono fatti dei nomi di tecnici specialisti « sancta sanctorum » della scienza atletica, con una decisione per lo meno poco diplomatica, scavalcando di un sol balzo i rispettivi capi settore. Abbiamo recepito e possiamo comprendere il senso di amarezza e di delusione provato da questi, una volta di più messi in disparte, trattati da semplici « direttori » prestanome. Se la FIDAL vuole continuare ad avvalersi dell'opera di queste persone ritenendo il loro lavoro degno di fiducia, non vediamo come essa debba insistere nell'agire in maniera così contraddittoria.

Sono stati stanziati dei soldi, all'incirca L. 700.000 per tecnico, un « appannaggio » non certo indifferente, pur considerando l'elevato valore degli spe-

cialisti. Per i 20 giorni circa nei quali questi ultimi saranno impegnati, percepiranno un compenso attorno alle L. 35.000 giornaliere, che non è poi poco!

Alcuni ripetono che in questo modo si vuol aiutare le società di periferia meno fortunate dal lato finanziario. E per quale ragione la FIDAL deve ricorrere a questo giro vizioso, quando potrebbe direttamente gratificare la società in cui milita l'allenatore di rango?

Quale recondita remora le impedisce di sostenere sostanziosamente quello o quei gruppi dove essa sa che si lavora con un certo criterio e con certe prospettive?

Ci pare per lo meno inutile vezzeggiare ed indorare il reparto tecnico, veicolo indispensabile per un'atletica d'alta competizione, quando poi si abbandonano al proprio destino atleti del valore di Vecchiato.

Forse che trovandosi tra le mani fondi imprevisti si è voluto in fretta far partire un'iniziativa che desse unicamente lustro ai promotori?

Non vediamo in definitiva a lungo andare chi questi super-tecnici dovranno continuare a consigliare, allorché tutti gli atleti d'ambito regionale saranno partiti per lidi più remunerativi. Non saremo certo noi che riusciremo a trattenere il nostro atleta dal volgere lo sguardo altrove, anche se faremo tutto il possibile per procacciargli uno stretto andito attraverso il quale potersi inserire nel nostro ambiente, per più compiutamente maturare in senso atletico.

Ugo Cauz

## a chi dava fastidio?

Salvare l'uomo e la sua personalità è ormai diventato uno slogan e come tale ha perduto il significato reale di salvezza per diventare uno sfogo retorico e talvolta un pretesto demagogico. I convegni non si contano più, le parole hanno sommerso i fatti e gli operatori sono considerati alla stregua di stregoni senza scrupoli, buoni soggetti di una campagna morale se non di una inquisizione raffinata. I Torquemada hanno cambiato faccia e modi, si sono cioè adeguati a vestire panni di progressisti pur di continuare a mistificare. Oggi (e con molto ritardo sulla tabella del progresso civile) tutti scoprono lo Sport nella sua funzione educativa e sociale. Ma, da buoni italoiti, lo scopriamo nella maniera solita: quando, ormai, non c'è più nulla da scoprire, perché tutto è stato detto. Si tratta di « fare » e « fare » è difficile, si tratta di « vincere » e « vincere » è difficile, anzi, faticoso ed ecco che « noi » troviamo più facile e meno faticoso parlare.

Scoperta ovvia che ereditiamo da un Paese di legulei e da una tradizione burocratica di carattere borbonico. La legge dell'adattamento ha funzionato completamente. Ora i fatti. Circa due mesi or sono una notizia apparsa sul « Messaggero Veneto » ha provocato la stesura di una lettera al direttore del suddetto giornale la quale intendeva puntualizzare a livello di discussione alcune carenze di carattere tecnico-scientifico nella programmazione degli sforzi agonistici in età evolutiva. A noi è parsa del tutto priva di motivi polemici e sufficientemente documentata. Non è mai stata pubblicata. Pertanto la riportiamo qui di seguito, per un dovere deontologico al quale non ci sentiamo di venir meno e per le intrinseche coerenze del discorso che la nostra rivista vuole portare avanti.

Egregio Direttore,

in data giovedì 20 settembre '73 è apparso sul suo giornale, in cronaca di Tolmezzo, un resoconto della corsa dello Strabut vinta dalla squadra di Zuglio. La lodevole iniziativa della A.S. Aurora di Zuglio ha sollevato alcune perplessità in chi, come noi, si occupa di atletica leggera e di corse in particolare. Notiamo infatti due cose in particolare:

- 1) alla corsa hanno partecipato atleti ed atlete di età fra i 12 ed i 15 anni;
- 2) il dislivello del percorso è di m. 881.

La letteratura medico-sportiva più aggiornata raccomanda di non sottoporre i giovani in età evolutiva (prepuberale e puberale) a sforzi massimali in anaerobia, tali, cioè, da provocare alti debiti di

ossigeno. Raccomanda, inoltre, di non sottoporre gli stessi giovani a sforzi agonistici violenti, identificando nell'impegno agonistico non adeguatamente preparato e gradualmente sviluppato una precisa contro indicazione fisiologica per l'evoluzione atletica dei giovani.

Infatti la diagnostica della medicina sportiva ha rilevato che i danni provocati da sforzi intensi e sopramassimali, in questa età, si rivelano di particolare gravità per l'apparato cardio-circolatorio e per la funzionalità muscolare dei giovani atleti. Non basta, insomma, un certificato di « sana e robusta costituzione » per far correre un adolescente, necessitano conoscenze e assistenze lungo tutto l'arco della preparazione ed un dosaggio agonistico che tenga conto delle reali condizioni dell'atleta che abbiamo di fronte (età - grado di preparazione - riserve energetiche totali e relative, condizioni obiettive dell'apparato cardio-circolatorio ecc.). Il quadro è molto complesso, come si vede e, perciò di non facile accezione. Ciò che meraviglia è piuttosto la facilità (o dovrei dire faciloneria?) con cui si affronta il problema.

Questo non per polemizzare con chi organizza le gare, ai quali, anzi, dobbiamo la nostra riconoscenza, ma piuttosto con chi ha il potere e il dovere di intervenire. Le parole sullo sport per tutti e le istanze sociali che ogni bempensante sbandiera al momento opportuno, ma senza sapere, ciò che significa sport, assumono la loro giusta veste demagogica. Si legga a tal proposito ciò che dice l'illustre psicologo prof. Antonelli: « lo sport è per definizione agonistico, parlare di sport non agonistico è un non senso psicologico ... ». Appunto perché crediamo in questa realtà, vorremmo che il già povero patrimonio atletico locale non fosse vanificato nelle sue massime espressioni da errori che si rivelano a livello fisiologico e psicologico come modificazioni negative irreversibili.

Le conoscenze medico-sportive stabiliscono che l'uomo si può allenare e che può sottoporsi a sforzi intensissimi, purché sia stato portato all'età matura attraverso un lavoro graduale e sempre controllato, tale insomma che niente sia lasciato al caso ed all'improvvisazione. Il caso biologico ha creato il campione potenziale, solo la razionalità dell'allenamento lo esprime nella sua massima dimensione.

Ma, amaramente, continueremo a parlare e sbagliare!

Cordialmente

Franco Colle

## campionato italiano staffette a milano

Maiuscola impresa della 4 x 800 di Udine a Milano nella prima giornata dei Campionati Italiani di staffette. Buttazzoni, Maiorana, Sacchi e Ortis, tutti della categoria juniores, allenati d'intesa da Codarini e Colle, hanno migliorato la miglior prestazione italiana di categoria correndo la distanza in 7'50"1. Alla vigilia non pochi erano i dubbi ed i problemi da risolvere, anche se sulla carta il record era chiaramente attaccabile.

Eravamo presenti agli attimi pregara, alla tensione che struggeva e stimolava i quattro, al bramato desiderio di conoscere le squadre rivali, non nella speranza di sopranzarle, ma solo nel desiderio di poter essere « tirati » ad hoc.



Il poker della Libertas Udine che ha stabilito il record juniores della 4 x 800

Tutto inizia con l'annuncio dello speaker del tentativo di battere il record. Parte Giuliano Buttazzoni, che corre non male, anche se più tardi si lamenterà di aver sofferto non poco per le gambe un po' dure. E' Carlo Maiorana il secondo frazionista, che si lascia forse trasportare dalla foga del suo temperamento (53" ai primi 400), per poi faticare non poco sulla retta d'arrivo.

Bepi Sacchi è regolare attorno agli 1'59", mentre letteralmente si esalta Venanzio Ortis correndo un intermedio di 1'53"5. Gli attimi susseguenti sono tesissimi. Non si spera o non si vuol sperare per scaramanzia di avercela fatta. Poi l'annuncio del riscontro cronometrico che suggella una prestazione d'équipe davvero superba.

## attività indoor 1974

15 dicembre 1973: Inizio dell'attività Indoor a carattere regionale.

13 gennaio 1974: Inizio dell'attività Indoor a carattere nazionale.

25 gennaio 1974: Modena - Trofeo del Centenario - riunione nazionale Indoor (organ. La Fratellanza Modena).

2 febbraio 1974: Reggio Emilia - Trofeo Città del Tricolore - riunione nazionale Indoor (organ. Alco Reggio Emilia - Amministrazione Prov.le).

13 febbraio 1974: Genova - Trofeo E. Lunghi - riunione nazionale Indoor (organ. A.A.A. Genova).

26-27 febbraio 1974: Genova - Campionati Internazionali d'Italia - Campionati Italiani Indoor aperti agli atleti stranieri (organ. FIDAL e Comitato Regionale Ligure).

9-10 marzo 1974: Göteborg - Campionati Europei Indoor.

14 marzo 1974: Torino - Riunione Internazionale Indoor.



# PISTE E PEDANE

notizie sull'atletica leggera nel FRIULI-VENEZIA GIULIA

## GUALF 1973

di TIZIANA VADORI

A stagione ormai ultimata e durante la prima fase dell'allenamento invernale, cogliamo l'occasione per tracciare un breve consuntivo dei risultati ottenuti dalle atlete del GUALF in quest'ennesima annata agonistica.

Come in tutti i campi, anche qui troviamo lati dolci ed amari, atlete cioè che hanno reso in proporzione al lavoro invernale svolto ed altre, invece, che non sono riuscite a raccogliere quanto seminato a causa delle implicazioni, a volte molto complesse, della psicologia femminile (come del resto innumerevoli e svariati sono stati i problemi che la Società ha dovuto continuamente affrontare).

Incominciamo dal risultato più bello giunto, dulcis in fundo, solo nello scorcio finale della stagione. Protagonista è stata Maria Foscaro Pettoello (classe 1959, cat. ragazze) che, in occasione di ben quattro gare (15-9, 30-9, 6-10 e 24-10), ha eguagliato la migliore prestazione italiana di categoria nel salto in alto, superando l'asticella posta a 1,60 e fallendo in più di una occasione gli 1,63 che sono agevolmente ormai alla sua portata.

Sempre nella categoria ragazze, sono da menzionare gli ottimi risultati ottenuti nel salto in alto da Donatella Bulfoni che con m. 1,58 aveva realizzato, ad inizio stagione, il record regionale; i buonissimi tempi sui 1.000 m. di Morassi Emanuela e Chiarandini Anna rispettivamente 3'21"9 e 3'22"5; 1'8"3 sui 60 m. piani di Vicario Giuseppina che, malauguratamente, non può dedicarsi con assiduità agli allenamenti in questi mesi invernali dati gli impegni di lavoro.

Verso la fine della stagione note liete si sono avute da Maria Rosa Del Forno con 1,45 nel salto in alto, da Milva Foschiani ed Alessan-

dra Jelen con rispettivamente 4,67 e 4,61 nel salto in lungo.

Sorprendente infine Paola Perabò con 26,30 nel lancio del disco, seguita da Orietta Tonini e Nadia Sebastianutti.

Da non dimenticare Rosanna Bertolini sugli ostacoli e sui 1000 m., Paola Furlano sugli ostacoli e tutte le ragazze delle staffette 4x100. Vi è poi l'ottimo punteggio di 1006 punti nel Triathlon totalizzati, il 6 ottobre a Udine, ancora da Maria Foscaro Pettoello dopo aver, una settimana prima a Gradisca, conquistato sempre nel Triathlon il titolo regionale.

I 1006 punti sono il risultato di 1,60 in alto (punti 518), 8"5 nei 60m. piani (p. 320) e 7,68 (p. 168) nel getto del peso.

E' legittimo quindi attendersi, sulla scorta delle prestazioni sin qui ottenute, un'altrettanto brillante prossima stagione d'allieva.

L'atmosfera gioiosa che anima gli allenamenti di questo settore ragazze è lo stimolo che guida tutte verso la concretizzazione delle loro potenzialità. Lo scopo ultimo che c'eravamo posti era appunto quello di riuscire a trasfondere l'indispensabile volontà di perseve-

rare lungo questa difficile strada dell'atletismo attivo.

A questo proposito ricordiamo che il GUALF ha fornito ben 10 delle 15 rappresentanti provinciali che, in occasione della fase regionale dei Giochi della Gioventù, si sono piazzate al primo posto davanti alle coetanee di Gorizia, Pordenone e Trieste. Queste erano: Burelli, Chersevanich e Vicario nei 60 m. piani; Bertolini e Chiarandini nei 1000 m.; Foschiani ed Jelen nel salto in lungo; Bulfoni, Del Forno e Pettoello nel salto in alto, inoltre ha fornito tre atlete (Vicario nei 60 m. piani, Bulfoni nel salto in alto, Chiarandini nei 1000 m.) delle 5 rappresentanti provinciali alla fase nazionale dei Giochi della Gioventù.

E' con un altro record realizzato in occasione della gara del 24 ottobre da Maria Assunta Chiumariello (classe 1958) con 12,95 nel getto del peso, che introduciamo la categoria allieve.

Al primo anno d'attività in questa categoria l'atleta ha realizzato, grazie ad un intenso allenamento invernale, un notevole miglioramento dai 9,74 della scorsa stagione.

Il nuovo « exploit » è stato ottenuto in una gara che l'ha vista scagliare l'attrezzo prima a 12,25 (misura comunque inferiore al record personale di 12,70) e poi rispettivamente a 12,84 e a 12,95 superandosi così per ben due volte consecutive.

Dopo un inizio di stagione, trascorso proprio a causa della scarsa esperienza tra gli alti di gare poco importanti ed i bassi di quelle più prestigiose (vedasi ad esempio solo il 7° posto conseguito agli italiani di categoria con 11,41), ha saputo trovare la giusta determinazione che l'ha portata a finire in bellezza.

Ormai consapevole delle proprie possibilità, ha espresso l'impegno di portare a termine un serio allenamento invernale onde raggiungere, nella prossima stagione, misurancor più rimarchevoli.

Confidiamo di ritrovarla più affi-



La velocista GABRIELLA CONEDERA  
(foto Franzolini)

nata tecnicamente e più sicura anche negli incontri più importanti. Gomito a gomito con M.A. Chiumariello ha lavorato Gianna Peresano che, essendo già al secondo anno d'allieva, ha dimostrato una maggiore maturità nelle competizioni importanti ottenendo così, tra l'altro, un prezioso 3° posto ai Campionati Italiani di Massa Carrara con 12,05.

Fisicamente dotata ben di più potrebbe ottenere se solo fosse meno pressata dal pesante orario di lavoro. L'allenamento dello scorso inverno è stato in questo modo compromesso e gli stessi problemi si ripresentano ora.

Sempre per la categoria allieve ricordiamo che, come squadra, il GUALF si è piazzato al primo posto nella fase regionale di Coppa Italia con atlete potenzialmente dotate ma purtroppo poco assidue agli allenamenti.

Passando alla categoria Juniores il settore corse ha avuto la migliore rappresentante in Gabriella Conedera che, nonostante un buon allenamento invernale, ha incontrato nel corso della stagione notevoli problemi psicologici esprimendosi su buoni livelli solo in occasione dei Campionati Italiani Juniores di Firenze dove è giunta 5ª nei 100 m. piani in 12"5.

Sempre a Firenze Paola Gagliardi si è piazzata 4ª nel lancio del giavellotto con 35,60, mentre Marina Manca si è classificata 7ª con 1,60. Quest'ultima ha chiuso la stagione con m. 1,63 (Udine 25-5, fase provinciale di Coppa Italia) dimostrandosi comunque ormai matura per misure maggiori. Sempre

in questa categoria c'è stato il lieto ritorno alle gare di Cristina Cassone che, ripresi gli allenamenti nel mese di giugno, ha esordito il 6 ottobre a Udine sugli ostacoli, avvalorando le speranze che si ripongono su di lei per la prossima annata in un settore tradizionalmente « difficile » per il GUALF.

Caratteristica dominante della categoria Seniores è la fluttuante presenza delle fedeli e « vecchie » atlete quali Adami, Casarotto, Chiarcosso, Venier, Zelateu, la sempre combattiva Turus e della valida Zerbinatti che, alternando gli allenamenti agli obblighi dell'Isef, ha chiuso la stagione con 5,08 nel lungo e 1,55 nell'alto.

Concludiamo con una breve quanto amara nota.

Da questo riepilogo dell'attività nasce la considerazione di come non basti neppure lavorare assiduamente su una squadra di 40-50 giovanissime per assicurare continuità ad una società sportiva che trova ben scarsi aiuti ed incoraggiamenti nell'ambito della scuola.

Si devono organizzare leve autonome che, nel migliore dei casi, trovano rispondenza solo presso il 10% delle famiglie.

Questo è un sintomo di quanto poco l'opinione pubblica sia sensibilizzata ai valori dello sport e quanto poco si preoccupi di assicurare alle giovanissime l'indispensabile equilibrato sviluppo che la pratica delle discipline atletiche può loro garantire, specie nell'età dell'assetamento psico-fisico.

TRIESTE 13-14 OTTOBRE 1973

## campionati regionali ragazzi e ragazze

Si sono svolti al Grezar i campionati regionali riservati alle categorie ragazzi e ragazze. Sia il contenuto tecnico della manifestazione che il numero dei partecipanti fanno ben sperare per il futuro, una nota particolare merita il settore femminile che dopo alcuni anni di abbandono potrebbe trovare in queste giovanissime e nelle loro entusiaste società un domani più dignitoso.

Questi i risultati:

### FEMMINILI

M. 60 ostacoli: 1ª batteria: 1) Pistrino Morona (Toso Gonars) 9"8. 2ª batteria: 1) Marzoli Ingrid (S.G.T.) 10"6; 3ª batteria: 1) De Zorzi Gabriella (U.G.G.) 10"2.

M. 60: 1ª serie: 1) Cignola Rosanna (Toso Gonars) 9"1; 2ª serie: 1) Sossi Nevla (A.S. Edera) 9"5; 3ª serie: 1) Sfiligo Marina (U.G.G.) 8"9; 4ª serie: 1) Novello Donatella (N. Sauro) 8"8; 5ª serie: 1) Micol Alda (A.S. Edera) 8"9; 6ª serie: 1) Abrami Elisabetta (U.G.G.) 8"6.

Disco: 1) Pivesso Celestina (S.A. Latisanese) m. 23,82; 2) Tolazzi (G.S. Moggiense) 23,76; 3) Perini (U.S. S. Croce) 22,78.

Lungo: 1) De Meo Manuela (Italcantieri) m. 4,78; 2) Bertolin (Lib. S. Viteze) 4,66; 3) Meroi (M. Tosi) 4,53.

Peso: 1) Ambrosio Marinella (A.A. Pn.) m. 10,87; 2) Rupil (Tosi) 9,24; 3) Zanette (S.G. Pn.) 9,14.

1000 m. piani: 1) Coretti Lorella (G.S. Giacomo) 3'28"1; 2) Miceu (A.S. Intrepida) 3'30"; 3) Zorretto (A.A. Pn.) 3'32"2.

Alto: 1) Bais Daniela (S.G.T.) 1,43; 2) Paiero (Lib. S. Viteze) 1,40; 3) Not (Moggiense) 1,38.

### MASCHILI

Marcia 4 km.: 1. Fazzari Piero (S. Marco Fogliano) 21'57"2; 2) Mocchi (G.S. Giacomo) 22'16"2; 3) Godeas (A.S. Intrepida) 22'37"2.

80 m. ostacoli: 1) Di Benedetto Aurelio (Lib. Tosi) 11"7; 2) Pecorari (U.G.G.) 12"1; 3) Fontana (Italcantieri) 12"2.

Disco: 1) Budai Romeo (Lib. Tosi) 37,92; 2) Bonazza (S. Giacomo) 32,24; 3) Pettarini (Lib. Pn.) 31,02.

80 m. piani: 1ª serie 1) Bront Ugo (Lib. Palmanova) 9"9; 2ª serie: 1) Cardinale Mauro (Arte Go.) 10"4; 3ª serie: 1) Covone Francesco (Lib. Tosi) 10"7; 4ª serie: 1) Lavagnin Alessandro (Cus Ts.) 10"3; 5ª serie: 1) Norbedo Dino (G.S. Giacomo) 9"8.

Peso: 1) D'Agostini Gianni (Lib. Ud.) m. 13,21; 2) Buset (Lib. Pn.) 13,04; 3) Piccinich (C.S.I.) 12,88.

m. 2000 piani: 1) Russignan Daniele (S. Croce) 6'22"; 2) Basso (Lib. Sanvitese) 6'23"6; 3) Steffilongo (S. Giacomo) 6'24"6.

Lungo: 1) Calcina Franco (Cus Ts.) m. 5,86; 2) Vignini (id.) 5,58; 3) Ficcarra (U.G.G.) 5,50.

Asta: 1) Fabris Ennio (Lib. Ud.) m. 3,70; 2) Desio (id.) 3,40; 3) Zaccaria (Lib. Ud.) m. 1,80; 2) Carletti (U.G.G.) 1,78; 3) Di Giorgio (Lib. Ud.) 1,75.



La fosburyista MARINA MANCA

(foto Franzolini)

## la coppa Gall organizzata dal G.S. S. Giacomo

Trieste 13 ottobre 1973

Organizzata dal G.S. S. Giacomo si è svolta in notturna allo stadio Pino Grezar la coppa Pina e Giordano Gall, gara riservata alle categorie junior e senior. La manifestazione perfettamente allestita dalla società rionale ha visto il netto successo del Cus Trieste, che in assenza della Libertas Udine impegnata nell'esagonale di Mestre, ha preceduto l'U.G. Goriziana e l'A.S. Udinese. Le particolari condizioni climatiche non hanno permesso la realizzazione di performances di particolare rilievo, ma non hanno impedito ai vari Siega, Baraldo, Marion, De Franzoni e Miani di dimostrare il loro valore tecnico.

Questi i risultati:

M. 100: 1ª serie: 1) Posar (Cus Ts) 11"7; 2) Purini (Lib. Ts) 11"8; 3) Lasini (C.S.I. Ts) 11"9; 2ª serie: 1) Bressan (Lib. Ronchi) 11"4; 2) Springolo (S.G. Pn) 11"5; 3) Barbo (Cus Ts) 11"6. 3ª serie: 1) Marion (Cus Ts) 11"1; 2) Lippi (U.G.G.) 11"3; 3) Sterpin (Cus Ts) 11"3.

M. 400: 1ª serie: 1) Lacchin (S.G. Pn) 53"4; 2) Nascig (C.S.I. Ts) 53"6; 3) Marchesan (S.G. Pn) 55"; 2ª serie: 1) Cado (A.S.U.) 51"4; 2) Volontiera (S.G. Pn) 53"2; 3) Tesolin (Lib. Pn) 53"5; 3ª serie: 1) Taschi 50"1; 3) Costessi (C.S.I.) 52".

M. 1500: 1) Falco (C.S.I. Vicenza) 4'01"8; 2) Gaggioni (U.G.G.) 4'06"6; 3) Bertuzzi (Acegati) 4'27"2.

M. 5000: 1) Miani (U.G.G.) 15'20"6; 2) Redolfi (Lib. Pn) 15'35"4; 3) Ergoi (Lib. Pn) 16'32"8.

4x100: 1) Cus Ts (Marion, Belladonna, Bensi, Sterpin) 43"4; 2) A.S.U. (Corredig-Cado Zonta-Bunello) 44"5; 3) S.G. Pn (Strinolo-Borno-Volontiera) 45"8.

110 ostacoli: 1) Pecorari (U.G.G.) 16"2; 2) Posar (Cus Ts) 16"6; 3) Hauser (Id.) 16"8.

Alto: 1) Stradiotto (S.G. Pn) 1.90; 2) Del Zotto (Lib. Ud.) 1.85; 3) Spizzamiglio (Lib. Muggia) 1.85.



Il velocista DAVIDE MARION



Il primatista italiano allievi del peso: BRUNO ZECCHI

Lungo: 1) Siega (Tosi) 7,17; 2) Belladonna (Cus Ts) 6,87; 3) Corredig (A.S.U.) 6,57.

Disco: 1) Baraldo (Tosi Tarvisio) 50,20; 2) Zat (S.G. Pn) 42,72; 3) David (Lib. Ud) 42,12.

Giavellotto: 1) De Franzoni (Lib. Palmanova) 63,36; 2) Udevich (BOR) 60,92; 3) Rocco (Lib. Palmanova).

CLASSIFICA PER SOCIETÀ:

1) CUS TS p. 50,5; 2) U.G.G. 25; 3) S.G. Pn 22; 4) A.S.U. 21,5; 5) Tosi Tarvisio 15; 6) Lib. Ud. 12; 7) Lib. Palmanova 11; 8) Lib. Ronchi 10; 9) Lib. Ts 10; 10) Lib. Muggia 8; 11) C.S.I. Ts 6; 12) Lib. Pn 5.

## tre primati nazionali al Grezar

Trieste 28 ottobre 1973

La rappresentativa allievi del Friuli-Venezia Giulia ha battuto la pari selezione del Veneto con il punteggio di 177 a 161. Pur trattandosi dell'ultimo impegno stagionale i risultati non sono mancati, infatti si sono registrati un primato italiano di categoria, due primati nazionali eguagliati ed un record regionale. Questo il dettaglio:

Lancio del Peso: 1) Zecchi (Friuli - Cus Ts) m. 17,24 nuovo record it. allievi.

Metri 100 piani: 1) Piuze (Friuli - Lib. Ud) 10"7 record it. eguagliato allievi

Metri 200 piani: 1) Caruso (Friuli - Lib. Palmanova) 21"9 record it. eguagliato all. Marcia km. 6: 1) Zuccheri (Friuli - Lib. Muggia) 29'25"2 record reg. allievi

Metri 400 ostacoli: 1) Fusaro (Friuli - Lib. Ud.) 56"6

Salto in lungo: 1) Nobile (Friuli - Lib. Ud.) metri 6,57

Lancio del giavellotto: 1) Casarsa (Friuli - Lib. Ud.) metri 54,60

Salto in alto: 1) Margoni (Friuli - Lib. Ud.) metri 1,95

Staffetta 4x100: 1) Friuli (Caruso, Casagrande, Nobile, Piuze) 43"5.

## PRIMATI ASSOLUTI C.U.S. TRIESTE

m. 100 Marion Davide (70-72) 10"8

m. 200 Marion Davide (72-73) 22"2

m. 400 Marion Davide (1972) 50"1

m. 800 Brezzoni Alberto (1972) 1'56"8

m. 1500 Flamini Fabio (1971) 4'03"1

m. 5000 Flamini Fabio (1971) 15'58"3

m. 10000 Arban Fulvio (1971) 33'31"8

m. 110 h. Mersini Franco (1961) 15"1

m. 400 h. Svab Dusan (1973) 57"9

m. 3000 siepi Ergoi Carlo (1973) 10'50"6

Marcia 10 km. Mattagliano G. (71) 51'26"8

Alto Zotti Alberto (1971) 1,85

Bon Alberto (1972) 1,85

Lungo Belladonna Giorgio (1973) 7,12

Triplo Belladonna Giorgio (1973) 13,87

Asta Fontanelli Paolo (71-72) 3,80

Peso Delli Compagni Fulvio (1973) 13,82

Disco Bonifacio Giuseppe (1962) 44,25

Giavellotto Saitz Vincenzo (1973) 68,86

Martello Delli Compagni Fulvio (1973) 46,32

Decathlon Marion Davide (1973) punti 5.831

4x100 Posar Mauro, Bensi Franco, Marion

Davide, Benci Claudio (1972) 43"

4x200 Barbo Pietro, Bensi Franco, Marion

Davide, Marzinotto Francesco (72)

1'32"1

4x400 Marion Davide, Bianco Raoul, Barbo

Pietro, Brezzoni Alberto (1972)

3'25"3

4x800 Divo Ferruccio, Flamini Fabio, Predon-

zani Alessandro, Brezzoni Alberto

(1971) 8'10"9

4x1500 Divo Ferruccio, Flamini Fabio, Predon-

zani Alessandro, Arban Fulvio

(1971) 17'29"2

Ora Arban Fulvio (1973) m. 17190,30

## GORIZIA 21 OTTOBRE 1973

La Libertas Udine si è aggiudicata la coppa Ernesto Fabretto superando nelle classifiche finali l'Unione Ginnastica Goriziana ed il Cus Trieste. La manifestazione che negli scorsi anni aveva dato parecchi risultati di rilievo non è stata in quest'occasione altrettanto interessante. La stagione ormai inoltrata ed il freddo pungente sono stati elementi determinanti dei modesti risultati tecnici.

Alla ribalta tutti i nomi ormai usuali ma con risultanze cronometriche da smobilizzazione.



Il lunghista GIORGIO BELLADONNA



# Polisportiva Libertas «Toso» Gonars

L'attività della Polisportiva Libertas-Toso è al suo secondo anno per la categoria ragazzi/e, ed al primo anno per la categoria allievi/e.

Atleti tesserati: ragazzi n. 23; ragazze n. 31; allievi n. 2; allieve n. 1.

Risultati ottenuti dalla società nel 1973: Campionato regionale di corsa campestre femminile ragazze (Palmanova): seconda classificata su 14 società; Campionato regionale di corsa campestre maschile ragazzi (Ronchi dei Legionari): quarta classificata su 18 società; Coppa Libertas Udine a carattere regionale (Udine): terza classificata su 21 società; Campionati italiani Libertas ragazzi (Verona): con 8 punti - sesta classificata; Campionati italiani Libertas ragazze (Viareggio): con 7 punti - settima classificata su un numero imprevedibile di società di tutt'Italia.

Alcuni risultati individuali: un primatista italiano; 2 campioni italiani; 6 campioni regionali e precisamente:

Campione italiano Libertas 1973 ragazzi (Verona): Budai Romeo (disco m. 39,50).

Campionessa italiana Libertas '73 ragazze (Viareggio): Pietrino Morena (metri 60 ostacoli 9"5 tra le migliori dieci prestazioni in Italia);

Campioni regionali 1973: Allieve: Dorigo Tiziana (lungo m. 4,88 - quinta ai campionati italiani Libertas); ragazzi: Budai Romeo (disco m. 38 e 90 cm.); Di Benedetto Aurelio (80 m. astacoli 11"7, record regionale, tra le migliori 10 prestazioni in Italia; si è classificato sesto ai Campionati italiani Libertas di Verona).

Ragazze: Pistrino Morena (m. 60 ostacoli, migliore prestazione in 9"2); Ricci Mara (corsa campestre - categoria A., Palmanova); Bolzon Claudia (corsa campestre, categoria B., Palmanova). Inoltre

Walter Zinant (terzo tempo sui 110 hs in regione per il 1973, miglior tempo 16"6).

Giochi della Gioventù: Qualificati per la finale di Roma: Benvenuto Paolo (marcia col tempo 22'02"). Il Trofeo regionale Giochi della Gioventù: qualificati per le finali regionali: Budai Romeo (peso, m. 13,79, alto 1,65, 80 m. in 10"4, lungo 5,60). Di Benedetto Aurelio (80 hs., 80 piani in 9"8). Benvenuto Paolo (marcia, è del 1959). Stellin Paolo (marcia), Bistrino Morena (m. 60 piani).

Risultati ottenuti in chiusura di stagione a Udine il 3 novembre 1973: l'atleta Budai Romeo ha stabilito il nuovo record italiano assoluto di categoria nel lancio del disco con m. 46,52 (il record precedente apparteneva sin dal 1969 all'atleta Pellegrini di Grosseto con m. 46,20). L'atleta Pistrino Morena nei 60 metri ad ostacoli ha ottenuto il tempo di 9"2 (una delle migliori tre prestazioni italiane 1973). La Libertas-Toso di Gonars ha partecipato nel 1973 in campo provinciale, regionale e nazionale a 32 gare con una presenza di 247 atleti.

La Libertas-Toso ha organizzato nel 1973 i Campionati assoluti regionali di corsa campestre.

## GRADISCA 20 OTTOBRE 1973

Si è svolta al Comunale una riunione riservata agli atleti juniores ed allievi, valida quale indicativa per la composizione della squadra del Friuli-Venezia Giulia che incontrerà la formazione del Veneto al Pino Grezar di Trieste.

Ottima la prestazione del marciatore mugliese Zuccheri che nei 6 chilometri ha realizzato un probante 30'08"8, alle sue spalle degna di rilievo la prova del triestino Vergerio. Nel salto in alto successo del friulano Margoni con metri 1,90, misura nettamente al di sotto delle sue possibilità. Si sono inoltre messi in luce il giavellottista Balz della Torriana che ha superato i 50 metri battendo il tenace udinese Dolce, i martellisti friulani Tonetto e Zanfagnini, l'ostacolista Alberi, l'astista udinese Mosangini e gli ostacolisti Frisano della Libertas Udine e Zaglia della Latisanese. Buona la prova di Aldo Bravi che ha provato con successo a cimentarsi nelle siepi.



CARUSO GIUSEPPE

nato a Udine il 12 gennaio 1957

1971 - Viene avviato all'atletica dal prof. De Biasio, disputa alcune campestri scolastiche e partecipa ai Giochi della Gioventù a Roma, correndo i 2.000 metri.

1972 - Il sig. Baracetti uno dei dirigenti della società lo indirizza alla velocità, inizia vincendo gli 80 metri studenteschi provinciali (9"4), giunge secondo ai Giochi della Gioventù a Roma dove corre la distanza in 9"3, battuto ai campionati nazionali Libertas dal Livornese Invernizzi si migliora ancora facendo registrare 9" (M. P.I.R.).

1973 - Passa sotto la guida del prof. De Franzoni che lo prepara accuratamente per il cambio di distanza, conquista il titolo regionale assoluto dei 200 metri (22"1), ai campionati allievi di Massa è terzo sempre sui 200 m. (22"5), vince la gara nazionale allievi di Verona (22"1) ed il trofeo Notari di Bologna (22"5). Si classifica secondo nei 100 metri ai Libertas a Verona, battuto dalla sua bestia nera Invernizzi, in 11"1, ma nella stessa stagione ha corso per ben tre volte in 11". Nel mese di ottobre fa registrare la miglior prestazione italiana correndo i 200 metri a Trieste, nel corso dell'incontro allievi Friuli-Venezia Giulia contro il Veneto, in 21"9.

## PALMANOVA 21 OTTOBRE 1973

La Libertas locale ha organizzato una riunione per la categoria allievi ed allieve nel modernissimo centro sportivo comunale.

La manifestazione è stata illuminata dalle ottime prove del velocista locale Giuseppe Caruso e del pesista triestino Bruno Zecchi.

Per l'atleta palmarino che ha corso i 200 metri in 22", riconferma del primato regionale di categoria, ma soprattutto una pratica dimostrazione della propria forza. Per il pesista Bruno Zecchi che con metri 16,85 ha ulteriormente migliorato il proprio personale, che è anche la miglior prestazione italiana di categoria, brillante riconferma del suo attuale stato di forma. Inoltre, buone le performances realizzate dall'udinese Piuze sui 100 piani (11"1) e del latisanese Zaglia rivelazione dei 400 piani (52"2 alla sua seconda gara).

# modificazioni riscontrate sugli intervalli del ventricolo sinistro in conseguenza dell'allenamento d'endurance

di JACK F. WILEY a cura di UGO CAUZ

(Physical Fitness Research Laboratory, University of Illinois,ampaign, USA)

Diversi ricercatori (vedasi 2, 4, 12, 14, 15, 17, 23, 25, 27) hanno adoperato il metodo descritto da Blumberger e Meiners per determinare indirettamente l'inizio ed il termine dei vari eventi elettrici e meccanici del ventricolo sinistro, attraverso simultanee registrazioni dell'elettrocardiogramma, del tono cardiogramma e dell'onda di pulsazione carotidea. Per mezzo di questi metodi di rilevamento il ciclo cardiaco può essere diviso in diversi intervalli, come mostrato nella fig. 1 (adattati da Wiley, 26).

La diastole (cioè il tempo che va dalla fine dell'espulsione all'inizio della stimolazione), il periodo refrattario (EML = electromechanical lag, tempo intercorrente dalla stimolazione all'inizio della contrazione vera e propria), il periodo di contrazione isovolumetrica (ICP = isovolumetric contraction period, tempo che va dall'inizio della contrazione all'inizio dell'espulsione) e il periodo di espulsione o fase di contrazione isotonica (EP = ejection period, tempo che va dall'inizio alla fine dell'espulsione) <sup>(1)</sup> posseggono gli uni con gli altri correlazioni relativamente basse a riposo supino (12), a riposo seduto, durante lo sforzo e in fase di recupero (25), chiarendo come questi quattro intervalli sono per lo più indipendenti e non interferiscono l'un l'altro, potendo quindi essere misurati ed interpretati separatamente. Raab (20) e Raab e coll. (21) sostengono l'utilità della misura del periodo di tensione (TP = tension period, combinazione tra EML e ICP) co-

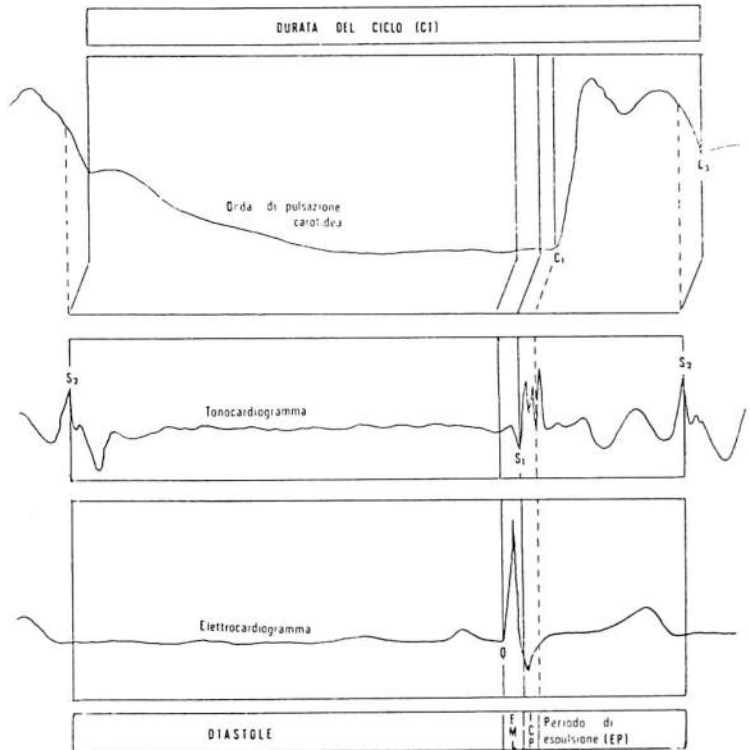


Fig. 1: Metodo di determinazione degli intervalli ventricolari con registrazione simultanea

me indice del « tono cardiaco simpatico ».

Gli intervalli del ventricolo sinistro (registrati dopo sforzo e/o a riposo) hanno sempre ben evidenziato gli effetti dovuti ad allenamenti svolti secondo programmi diversi (2, 4, 5, 7, 9, 11, 18, 19). I recenti progressi tecnologici han-

no reso attuabile la registrazione di tali parametri anche sotto sforzo al cicloergometro (22,25,27). La precedente bibliografia sportiva non presentava alcun esperimento condotto « sotto sforzo », al fine di valutare gli effetti longitudinali dell'allenamento.

Questa trattazione espone gli effetti di 10 settimane d'allenamento d'endurance sui sopraindicati intervalli in uomini di mezza età (includendo pure le registrazioni durante una pedalata d'intensità sottomassimale al cicloergometro).

## Metodo

I soggetti prescelti per l'esperimento furono 42, di sesso maschile, sedentari e volontari, con una età compresa tra i 24 e i 62 anni.

<sup>(1)</sup> N.d.T. Per meglio inquadrare nel complesso della rivoluzione cardiaca il reale posto occupato da questi intervalli ventricolari, diamo qui di seguito il susseguirsi delle fasi componenti il ciclo:

- a) fase di contrazione isometrica (0.05 sec.) : ICP
- b) fase di massimo efflusso (0.09 sec.) : EP
- c) fase di efflusso ridotto (0.13 sec.)
- d) intervallo protodiastolico della diastole (0.04 sec.)
- e) fase di decontrazione isometrica della diastole (0.08 sec.)
- f) fase di rapido riempimento ventricolare (0.11 sec.)
- g) fase di diastasi (0.19 sec.)
- h) intervallo dinamico della sistole atriale (0.05 sec.)
- i) fase di riempimento della sistole atriale (0.06 sec.) : EML

Diastole

CT

Trentuno tra essi parteciparono tre volte alla settimana all'esperimento del tipo descritto da Cureton (3), mentre i restanti undici servirono come gruppo non allenato di controllo. I soggetti furono sottoposti a test prima (T —1) e dopo (T —2) il periodo di esperimento, cercando di mantenere le condizioni basali ottimali: al mattino presto, dopo almeno 10 ore dall'ultimo pasto e in ambiente rigidamente controllato (temperatura: 24° C; umidità relativa: 50%). Fu adoperata una sedia specificatamente progettata e messa in collegamento con un cicloergometro a freno elettrodinamico, che permise le registrazioni durante lo sforzo. Un registratore « Sanborn Four-Channel » fu impiegato per misurare simultaneamente i valori dell'onda pulsatoria carotidea, del tono cardiogramma e dell'elettrocardiogramma (guida II). Vennero quindi fatte le seguenti rilevazioni:

1. a riposo (supino e seduto) (2);
2. durante gli ultimi 10 secondi di una pedalata di 5 minuti (691 kgm/min. alla frequenza di 40 pedalate al minuto) (3);
3. dopo 30 secondi dalla fine dello sforzo;
4. dopo 5 minuti dalla fine dello sforzo.

Gli intervalli del ventricolo sinistro (diastole, EML, ICP, TP e EP) e l'intera durata del ciclo (CT) furono determinati usando il metodo descritto da Blumberger e Meiners (1) ed illustrato nella fig. 1 [da Wiley (26)]. Per tale registrazione fu adoperato un rullo di carta fatto ruotare ad una velocità di 5 cm./sec. Giacché si presentavano fluttuazioni nei risultati, si ritennero validi l'ampiezza del ciclo e gli intervalli ottenuti dalla media di cinque successivi cicli. Dodici soggetti di età consimile a quella dei partecipanti all'esperimento furono sottoposti a due test, con una settimana d'intervallo tra i test, per determinare la reale veridicità delle variabili dello studio. A parte dei soggetti di verifica fu fatto provare il cicloergometro prima della prova. I coefficienti di correlazione sono mostrati nella tab. 1. Tutti i riscontri sugli intervalli cardiaci furono superiori allo .70 ad eccezione del

(2) Le registrazioni a riposo seduto furono effettuate tre minuti dopo aver assunto tale posizione.

(3) Il test fu preceduto da 1 minuto e mezzo - 2 minuti di pedalata per riscaldamento (345,5 Kgm./min. alla frequenza di 40 Ped./min.) e da 1,5-2 minuti di riposo.

**Tabella 1: Coefficienti di veridicità**

Variabile	Riposo supino	Coefficiente di veridicità			
		Riposo seduto	Ultimi 10 sec.	Dopo l'esercizio 30 sec.	5 min.
CT	.93	.86	.71	.95	.85
Diastole	.92	.89	.83	.95	.79
EML	.97	.98	.96	.96	.99
ICP	.98	1.00	.92	.98	.99
TP	.98	.99	.95	.99	.99
EP	.89	.76	.33	.85	.92

periodo di espulsione durante gli ultimi 10 secondi della pedalata, che fu di .33. Ventisei delle trenta misure ebbero coefficienti di veridicità superiori allo .80, delle quali venti superiori allo .90. Tali coefficienti per EML, ICP e TP andarono tutti oltre lo .90.

#### Risultati e discussioni

Il sommario dei risultati ottenuti è mostrato nella tab. 2. Non furono

riscontrate significative differenze tra il gruppo di controllo e il gruppo d'allenamento a T —1 sia sull'ampiezza degli intervalli, che nell'età, nel peso e nell'altezza. Dopo 10 settimane il gruppo d'allenamento presentava un CT marcatamente più lungo, una diastole ed un EP più ampi in ogni fase dell'esperimento. Questa « inibizione » del ritmo cardiaco risulta essere in

**Tabella 2: Raffronto tra il gruppo di allenamento e quello di controllo a T —1 e T —2.**

Variabile	Data test	Gruppo di allenamento	Gruppo di controllo	Scarto (4)	$\Delta t$ (4)
<b>CT</b>					
Riposo supino	T —1	.897	.872	.025	
	T —2	1.007	.904	.103	.078
Riposo seduto	T —1	.825	.797	.028	
	T —2	.935	.804	.131	.103
Durante lo sforzo	T —1	.444	.462	— .018	
	T —2	.493	.433	.060	.078
30" dopo sforzo	T —1	.555	.550	.005	
	T —2	.659	.516	.143	.138
5' dopo sforzo	T —1	.711	.659	.062	
	T —2	.820	.660	.160	.108
<b>Diastole</b>					
Riposo supino	T —1	.511	.487	.024	
	T —2	.605	.519	.086	.062
Riposo seduto	T —1	.458	.434	.024	
	T —2	.547	.441	.106	.082
Durante lo sforzo	T —1	.168	.180	— .012	
	T —2	.201	.163	.038	.050
30" dopo sforzo	T —1	.271	.268	.003	
	T —2	.346	.247	.099	.096
5' dopo sforzo	T —1	.375	.328	.047	
	T —2	.461	.331	.130	.083
<b>EML</b>					
Riposo supino	T —1	.051	.053	— .002	
	T —2	.052	.052	0	.002
Riposo seduto	T —1	.053	.056	— .003	
	T —2	.054	.055	— .001	.002
Durante lo sforzo	T —1	.039	.040	— .001	
	T —2	.040	.039	.001	.002
30" dopo sforzo	T —1	.045	.047	— .002	
	T —2	.046	.045	.001	.003
5' dopo sforzo	T —1	.052	.053	— .001	
	T —2	.053	.053	0	.001
<b>ICP</b>					
Riposo supino	T —1	.050	.052	— .002	
	T —2	.052	.052	0	.002

accordo coi rilevamenti di Joki e Wells (13).

Notevoli correlazioni sono state riscontrate fra diastole e CT a riposo supino (25). Ciò evidenzia il fatto che diastole e CT presentano virtualmente lo stesso andamento. Il comportamento del CT e della diastole dopo l'allenamento longitudinale avvalorà i suddetti ritrovamenti. Altri sperimentatori (7, 9, 11) hanno riscontrato come l'allenamento d'endurance allunghi sia la durata della diastole a riposo che durante il recupero, dopo una pedalata d'intensità sottomassimale.

Questo stesso tipo d'allenamento ha allungato l'intervallo EP nella fase di recupero dopo uno sforzo sottomassimale e/o a riposo (7, 21), in accordo con i ritrovamenti di questo studio. Wissler e coll. (24) riscontrarono un'alta correlazione (.93) tra EP e gettata pulsatoria (n.d.t. Volume di sangue che esce dal ventricolo ad ogni sistole) calcolata mediante il me-

todo della diluizione (n.d.t. Consiste nell'iniettare una sostanza non diffusibile nel torrente circolatorio e nel seguirne le variazioni rapide di concentrazione nel sangue). A T —1 il gruppo d'allenamento presentò un periodo di espulsione più corto sia negli ultimi 10 sec. della pedalata, che a 30 sec. dal termine dello sforzo. A medesime conclusioni si è giunti eseguendo un esercizio d'intensità sottomassimale secondo Wiley (25), sia un impegnativo sforzo secondo Shkhvatsabaya (22), sia praticando tutti gli altri esercizi di Wiley e coll. (27). Questo abbreviamento dell'intervallo EP non fu più osservato dopo l'allenamento d'endurance, il che sta ad indicare come i soggetti avessero acquistata una migliore immediata fase di recupero dopo una pedalata d'intensità sottomassimale.

L'EML del gruppo d'allenamento non si modificò sostanzialmente nelle varie condizioni di riposo a T —2, quantunque presentasse u-

na lieve tendenza all'ampliamento. Molti altri ricercatori (2, 4, 5, 9, 11, 18, 19) hanno riscontrato insignificanti cambiamenti nell'EML durante la fase di recupero dopo uno sforzo di intensità sottomassimale e/o a riposo. Risultati contraddittori sono stati ottenuti in alcuni studi ove si metteva a confronto l'EML di alcuni atleti con quello di non atleti. Emmerich e coll. (6) e Shkhvatsabaya (22) trovarono che questo intervallo era solitamente più lungo negli atleti rispetto ai non atleti, in acuto contrasto con i dati di Hyman (15) che sostenne la tesi opposta, in cui tale intervallo è considerato più corto nei primi rispetto ai secondi.

Diversi studi (5, 9, 11, 19) hanno mostrato come l'allenamento d'endurance (10 settimane o più lungo) sia capace di far allungare l'ICP durante il recupero dopo uno sforzo di intensità sottomassimale e/o a riposo. Nel nostro esperimento vennero riscontrate significative differenze tra i due gruppi a T —2, nei risultati ottenuti durante lo sforzo e la fase di recupero, mentre meno marcate furono le differenziazioni a riposo. Du Toit (5) e Raab e coll. (21) trovarono che il lavoro d'endurance determinava un allungamento del TP durante il recupero dopo uno sforzo d'intensità sottomassimale e/o a riposo. Nel nostro studio apprezzabili differenze tra i due gruppi furono trovate solo durante lo sforzo e 30 sec. dopo il medesimo.

## Conclusioni.

Le risultanze dell'esperimento ci permettono di affermare che un allenamento d'endurance (qui di 10 settimane), provoca un allungamento del ritmo cardiaco. Ciò è chiaramente indicato dai seguenti significativamente più lunghi intervalli del gruppo d'allenamento rispetto a quelli di controllo, dopo il periodo d'esperimento:

- allungamento del CT, diastole e EP a riposo (supino e seduto), sia durante lo sforzo (pedalata di intensità sottomassimale al cicloergometro), che durante il recupero (dopo 30 sec. e 5 min.);
- allungamento dell'ICP durante lo sforzo e dopo 30 sec. e 5 min. dalla cessazione del medesimo;
- allungamento del TP durante lo sforzo e dopo 30 sec. dalla cessazione del medesimo.

(Tradotto da Ugo Cauz dal n. 2-vol. 11 giugno 1971 di «The Journal of Sports Medicine and Physical Fitness», Edizioni Minerva Medica, Torino)

Variabile	Data test	Gruppo di allenamento	Gruppo di controllo	Scarto (4)	$\Delta t$ (4)
Riposo seduto	T—1	.058	.058	0	
	T—2	.060	.058	.002	.002
Durante lo sforzo	T—1	.027	.027	0	
	T—2	.030	.025	.005	.005
30" dopo sforzo	T—1	.035	.027	.008	
	T—2	.038	.025	.013	.005
5' dopo sforzo	T—1	.046	.044	.002	
	T—2	.048	.043	.005	.003
<b>TP</b>					
Riposo supino	T—1	.102	.105	—0.003	
	T—2	.105	.104	.001	.004
Riposo seduto	T—1	.111	.114	—0.003	
	T—2	.114	.113	.001	.004
Durante lo sforzo	T—1	.066	.066	0	
	T—2	.069	.064	.005	.005
30" dopo sforzo	T—1	0.80	0.80	0	
	T—2	.083	.077	.006	.006
5' dopo sforzo	T—1	.098	.097	.001	
	T—2	.101	.096	.005	.004
<b>EP</b>					
Riposo supino	T—1	.285	.280	.005	
	T—2	.298	.281	.017	0.12
Riposo seduto	T—1	.256	.248	.008	
	T—2	.274	.249	.025	.017
Durante lo sforzo	T—1	.210	.215	—0.005	
	T—2	.222	.206	.016	.021
30" dopo sforzo	T—1	.203	.201	.002	
	T—2	.229	.192	.037	.035
5' dopo sforzo	T—1	.240	.235	.005	
	T—2	.259	.233	.026	.021
<b>Peso</b>	T—1	80.7	78.4	2.3	
	T—2	79.7	78.3	1.4	—0.9
<b>Altezza</b>	T—1	175	176.8	—1.8	
<b>Età</b>	T—1	37.4	38.6	—1.2	

(4) A cura del traduttore.



# TUTTOMARCIA

## lugano ultima trincea?

*Se qualcuno pensa che la marcia sia una specialità impopolare e noiosa non ha che da sconfinare per qualche chilometro nella Svizzera Ticinese nei giorni in cui si disputa il Trofeo Lugano.*

La risposta l'avrà nella settimana super-marzia che la Sal organizza ogni anno per la gioia dei supporters e delle masse che affollano le strade trasportate dall'incendio elegante e sofferto di veloci camminatori. Marciatori sospinti dal pubblico in un frenetico ritmo di applausi che si fonde con un'insistente tacco-punta, secchi di sudore compensati da sorrisi, da abbracci di uomini mai visti; anche la fatica diviene poesia, ma non per questo meno reale, meno importante, meno finalizzata. Sì, è spettacolo, folklore, vita di uomini che si identificano con malcelata

commozione in una gara senza tifosi, senza nomi, in una simbiosi affettiva meno traccottante dell'urlo dello stadio, ma più profonda. «Eccolo arriva - ma chi è - il primo - forse - ma di che nazione è - mi sembra russo o forse tedesco - ma guarda come va - eccolo, eccolo - Dai, dai, via, via, non mollare manca poco - via così, via così» ... e dopo un'ora sono ancora tutti lì ad attendere con il fiato sospeso se il numero 32, quello alto, magro con i calzoncini rossi, arriva, perché sembrava non c'è la facesse più, i volti si fanno scuri e tesi, mille occhi puntati in fondo al viale, il fiato sospeso, arriva anche lui schiudendo passo dopo passo l'amaro ghigno in una fanciullesca felicità che gli ingagliardisce le membra spente e lo fa assomigliare fino a confonderlo a tutti coloro che lo circondano.

## l'italia è grande e pamich il suo profeta

Lugano 12 ottobre 1973

Sul circuito di Cornaredo si da fondo alle ansie della vigilia vivendo una grande 20 chilometri; Hans George Reimann terzo a Monaco lancia la sua sfida, azzardando la sorpresa ai danni dei sovietici, conscio d'una forma smagliante. Smaga tenta di reagire, Ivchenko non è un fulmine in partenza, Frenkel diviene subito comparsa e per Reimann l'ultimo ostacolo è l'azione continua del sorprendente (per noi) Karl Heinz Stadtmüller, giovanissimo compagno di squadra e primatista mondiale dei 30 chilometri. Armando Zambaldo generosissimo all'avvio paga nel finale, (ultimi due giri) lasciando il passo all'americano Laird e ai russi Smaga ed Ivchenko. Quarto ai 10 km. in 44'35", il forte azzurro lascia sperare a lun-

go in una classifica clamorosa che però rimane egualmente rilevante. Busca partito piano è nono davanti a Frenkel, Pamich con tutti i suoi problemi di tenuta è brillante tredicesimo e Buccione sedicesimo. Per Abdon Pamich, 40 anni suonati, gli elogi sono sprecati il suo è un esempio esaltante al di là di ogni considerazione.

Questo il dettaglio tecnico:

20 chilometri sul circuito di Cornaredo, giudice arbitro Palle Laessen (Danimarca). 1. Reimann (R.D.T.) 1.29'31"; 2. Stadtmüller (R.D.T.) 1.29'36"; 3. Laird (Usa) 1.30'45"; 4. Smaga (Urss) 1.30'46"; 5. Ivchenko (Urss) 1.31'33"; 6. Armando Zambaldo (I) 1.31'42"; 7. Scully (Usa) 1.32'23"; 8. Mills (GB) 1.32'44"; 9. Busca (I) 1.33'44"; 10. Frenkel (R.D.T.) 1.33'26"; 11. Richter (Go) 1.33'33"; 12. Resaryov (Urss) 1.33'47"; 13. Pamich (I) 1.33'56"; 14. Brown (Usa) 1.34'5"; 15. Zschiegner (R.D.T.) 1.34'12"; 16. Buccione (I) 1.34'30".

Lugano 13 ottobre 1973

Il favorito d'obbligo, il campione olimpionico Bernd Kannenberg, trionfa sul circuito di Rancate frantumando la resistenza del sovietico Otto Barth sull'ultima delle salitelle disseminate sul percorso. Dopo 49 chilometri percorsi insieme il tedesco ha partita vinta con una marcia correttissima, contro l'azione saltellante del russo, grazie ad una progressione ind salita che oltre che denotare la sua maggior classe evidenzia la sua freschezza. Alle loro spalle con sensibili distacchi i migliori specialisti del mondo, la medaglia d'argento Soldatyenko, il primatista della distanza Weidner ed il vincitore di Mexico City, Höhne. Visini non regge il passo del quintetto e procede sul passo di Selzer, che nel finale lo staccherà relegandolo al nono posto. Valore il più giovane dei nostri atleti logorato dagli stressanti impegni internazionali sulla massima distanza non rende quanto vale e termina quindicesimo; sedicesimo il sorprendente Carpentieri, discreto ventiduesimo, Vecchio. L'Italia conquista un inaspettato terzo posto alle spalle delle grandi, Unione Sovietica e Rep. Dem. Ted., e davanti a colossi della specialità quali Germania Ovest, Inghilterra e Svezia. Per Giuseppe Dordoni ed i suoi ragazzi un risultato sensazionale per l'atletica italiana un risultato imbarazzante.

50 km. - Circuito di Rancate - G.A.: Armando Libotte. 1. Kannenberg (Ger. Ov.) 3.56'50"; 2. Barth (Urss) 3.57'10"; 3. Höhne (R.D.T.) 3.57'25"; 4. Soldatyenko (Urss) 4.1'33"; 5. Weidner (Ger. Ov.) 4.2'58"; 6. Selzer (R.D.T.) 4.3'10"; 7. Bondaryenko (Urss) 4.7'51"; 8. Skotniki (R.D.T.) 4.8'29"; 9. Visini (I) 4.9'25"; 10. Svyeshnikov (Urss) 4.11'21"; 11. Kroel (R.D.T.) 4.12'25"; 12. Lightman (G.B.) 4.15'13"; 13. Schubert (Ger. Ov.) 4.15'51"; 14. Knifton (Usa) 4.16'48"; 15. Valore (I) 4.18'16"; 16. Carpentieri (I) 4.19'58"; 22. Vecchio 4.25'43".

CLASSIFICA DEL TROFEO LUGANO:

1. Rep. Dem. Ted. p. 139; 2. Unione Sovietica 134; 3. ITALIA 104; 4. Germania Ovest 95 (a parità di punteggio per il m.r. individuale nella 50 km.); 5. Stati Uniti 95; 6. Gran Bretagna 81; 7. Polonia 52; 8. Svezia 42; 9. Canada 18.

# inchiesta sulla marcia

**1 Qual'è la consistenza tecnico-organizzativa attuale del settore marcia**

?

**2 Le marce non competitive e altre forme di reclutamento come i G.d.G. ed il Trofeo Pavesi che contribuiscono danno alla specialità**

?

**De Gaetano** (ex nazionale, 10° alle Olimpiadi di Roma - allenatore)

**1.)** Vorrei innanzitutto sottolineare il fatto che quest'anno l'unica nazionale (maschile, femminile, prove multiple) ad aver ottenuto il visto per la finale di C.E. è proprio quella di marcia, pur essendo composta da giovanissimi. Credo quindi si debba rinsaldare la fiducia data a Dordoni, che ha saputo imprimere una direzione, pur avendo dovuto superare le critiche iniziali. Era tempo di ringiovanire il settore e abbiamo visto come i giovani pur non possedendo ancora una maturazione fisica ottimale per gare di 50 km. abbiano saputo validamente battersi.

**D.** Pensi che sia dovuto alla bravura dei tecnici della marcia e alla buona stella attuale se otteniamo questi risultati.

**R.** In questi ultimi tempi Dordoni ha avuto degli ottimi collaboratori, che hanno lavorato in una direzione univoca. Con rammarico co-

munque dobbiamo constatare come questi aiuti siano venuti più dai collaboratori che dai dirigenti. Avremmo visto con molto piacere la presenza del C.T. professor Cacchi in qualche incontro internazionale di marcia, mentre per tutto l'arco della stagione (sino ad oggi, Gradisca, Coppa Europa) egli non ha trovato né il tempo, né il modo di farci visita.

**D.** Quali credi siano i blocchi che frenano l'attività della marcia?

**R.** Qui da noi nessuno ha mai ostacolato la marcia, in molti forse hanno pensato sia una specialità depressa ma ciò non toglie nulla alla specialità che ci ha sempre dato dei grossi risultati. (Olimpiadi: Roma, Messico, Tokyo, Monaco).

**D.** Noi vediamo nelle classifiche annuali che la media generale dei risultati è migliorata, cioè aumentata la qualità non la quantità.

**R.** La migliorata qualità è senza dubbio dovuta ai nuovi tipi di prepa-

razione che abbiamo importato in Italia, frutto dei contatti avuti con le nazioni estere dove esistono da tempo vere e proprie Scuole. Da noi ciò non era mai accaduto, abbiamo sempre vissuto su exploit singoli, mentre oggi io dico che anche da noi esiste una scuola.

**Bollini** (Giudice di marcia internaz.)

**1.** La marcia come molte delle altre specialità atletiche in Italia è sempre stata per lo più caratterizzata da esplosioni di talenti naturali.

**Visini** (azzurro)

**1.** Qui da noi si tende a considerare il marciatore come uno che sta ai margini dell'atletica, mentre penso che ciò sia completamente errato e soprattutto per i buoni risultati ottenuti in campo internazionale.

**Bollini**

La marcia è un grande spettacolo a carattere popolare, che non offre la «cassetta» per cui penso che la marcia, in questo modo, resterà sempre tra gli sport più puri. E' per questa ragione che viene premeditatamente esclusa dall'atletica spettacolo, per far posto, a detta degli organizzatori, ad altre discipline più avvincenti.

**Visini**

Io personalmente ho avuto una prova che la gente non si annoia a vedere la marcia, Usa-Italia. Questo è successo a Torino durante l'incontro, nel quale noi marciatori abbiamo avuto per ben 10 km. un tifo veramente «calcistico». Tenga a sottolineare il fatto che proprio nella marcia abbiamo conseguito l'unica vittoria. La gente si appassiona alla marcia. Un esempio probante è quello di Sesto S. Giovanni, dove assistono alla gara almeno 20.000 persone.

**Bollini**

**2.** Danno un ben misero contributo. Mi spiego con un esempio. Ni-mega città classica per le gare non competitive a livello internazionale, ogni anno è affollata da centinaia di camminatori, tra cui ci sono molti atleti già affermati, ma l'Olanda non ha un solo marciatore di rango internazionale.

I Giochi della Gioventù hanno dato

## 10 CHILOMETRI A TEMPO RECORD

42'29"9



VISINI

42'55"6



ZAMBALDO

qualche risultato, ma pur essendoci molti atleti che emergono, molti di questi si « bruciano » o si perdono. La scuola fa ben poco sia per reclutare che per conservare.

#### Visini

2. Per i G. della G. ragazzi di 13-14 anni sono sottoposti ad allenamenti massacranti, dove fanno dei ritmi che noi gente di 28-30 anni non ci sognamo nemmeno di fare e tutto pur di arrivare a vincere una medaglietta per il Comune. Vanno in 400 mentre a livello allievi ne restano un quarto.

#### Bollini

Il miglioramento puramente statistico di qualità individuale, non è allargato ad una massa, quindi dobbiamo affidarci alla buona stella.

#### Zambaldo (azzurro)

1. Essendo una specialità difficile chi la pratica ce la mette tutta per arrivare in vetta, per cui anche oggi che pochi ci seguono solo se uno ha veramente uno spirito di abnegazione notevole può riuscire. Io, ad esempio, non avendo soddisfazioni né dai giornali né dalla televisione mi alleno con tutto l'impegno e dò tutto me stesso e mi alleno sempre di più.

#### Buccione (azzurro)

Ci dicono che siamo dei « fissati », non ci capiscono quando ci alleniamo così duramente per ottenere ben poche soddisfazioni. Ma credo che la marcia bisogna viverla, capirla, fare dei sacrifici. Per noi giovani essere giunti qui, in nazionale, è già uno stimolo che ci ha spinti e ci spinge.

#### Zambaldo

2. Ottimo, ma manca il collegamento per farli continuare. Bisognerebbe approntare un'organizzazione con un tecnico per regione, provincia e paese e collegare il tutto per farli continuare.

Si perdono i primi due o tre mentre ad esempio potrebbe essere il decimo il dotato, ma non essendoci alcun tecnico a visionare le sue potenzialità, il suo talento andrà perso. Ci deve essere un tecnico per impostarli. Con un aumento di tecnici e di appassionati si potrebbe risolvere il problema del mantenimento delle leve.

#### De Gaetano

1. La FIDAL per parlare bene del Presidente si preoccupa di mandare stuoli di giornalisti a visionare l'operato di Nebiolo, mentre per la marcia non ne viene nessuno per attingere i nomi dei futuri campioni. Se abbiamo dei nomi nuovi ciò lo dobbiamo a Dordoni, ma il tecnico va responsabilizzato in sede locale.

#### Dordoni (d.t. della nazionale)

1. La FIDAL ha aiutato la specialità, con allenamenti e convegni. La gente ama la marcia, stranamente un po' meno gli alti strati dirigenziali.

2. Le marce non competitive non forniscono a noi nessun elemento, se lo forniscono lo danno al mezzofondo non certo a noi. Nei G. della G. ci sono ottimi elementi ma poi finiti i Giochi non continuano per mancanza di fondi, per motivi di studio ecc. Mancano i tecnici e anche quei pochi che ci sono non vengono adeguatamente impiegati. Sarebbero necessari più riconoscimenti in ambito internazionale, mancando questi l'interesse viene meno anche da noi.

**PAOLO  
COLOMBO**  
**TRENTO · VIA GRAZIOLI**

**IL SUPERMARKET  
DELLO SPORTIVO**

ATLETICA  
CALCIO  
BASKET  
JUDO  
NUOTO  
SCI  
FONDO  
ABBIGLIAMENTO SPORTIVO



**a. romano**

VIA DEL GELSO 29 - TEL. 53912  
C.C.I.A.A. 69822 UDINE

FABBRICA TARGHE E TIMBRI  
CANCELLERIA  
ARTICOLI PER UFFICIO  
DISTINTIVI  
MEDAGLIE - COPPE

# verifica della condizione fisica del saltatore in lungo

a cura di GIORGIO DANNISI

DALLA RELAZIONE ILLUSTRATIVA DEI TEST CONDIZIONALI TENUTA DAL PROF. SERGIO ZANON A VERONA IL 12-9-1973

## Introduzione

Nell'usuale prassi dell'allenamento sportivo esistono tre tipi di test: condizionali, tecnici, psicologici. Quelli che tratteremo qui di seguito appartengono al gruppo dei condizionali volti alla verifica del grado di sviluppo delle qualità fisiche fondamentali che intervengono nello specifico gesto atletico. Riferendole poi ad una matrice di valori già elaborata, potremo stabilire se tali qualità sono sufficienti o meno per il raggiungimento di un certo risultato. Si programmerà a questo punto una tabella di allenamento individualizzata avendo cura di fissare, alla fine del periodo di prova, alcune tappe di verifica delle nostre teorizzazioni.

Punto centrale del nostro lavoro è la disponibilità di strumentazioni atte a fornirci dati obiettivi sulle condizioni fisiche. Tali test condizionali infatti non considerano, se non in minima parte, il problema tecnico e quello psicologico. Nel caso il test venisse universalmente accettato sarà compito del caposettore verificare la sua reale attuazione da parte degli atleti per almeno il 70%. Nell'eventualità in cui gli atleti, alla seconda verifica, lo avessero svolto solo per il 40-50%, non potremmo più ottenere indici realmente validi.

## Considerazioni preliminari

Un gruppo di studiosi della Germania Federale capeggiato dal dott. Rainer Ballreich si è impegnato in minuziose analisi delle specialità di salto e di sprint, allo scopo di individuare le eventuali correlazioni fra le diverse qualità fisiologiche richieste dalle medesime.

Nel caso del salto in lungo ciò è servito per stabilire l'esistenza o meno di una correlazione fra accelerazione verticale ed orizzontale allo stacco. Il suddetto lavoro, prettamente statistico, ha richiesto l'impiego e l'uso di speciali appa-

recchiature e di personale altamente specializzato.

Queste analisi hanno permesso di individuare le qualità specifiche del lunghista che sono relativamente indipendenti dalle possibilità d'allenamento. Questa ricerca costituisce la parte più importante e più difficile dell'intero lavoro. Per poter affermare l'inesistenza o la bassa correlazione fra velocità di rincorsa ed accelerazione verticale allo stacco, è necessaria una sperimentazione, cioè un'analisi statica che obiettivamente la accerti.

Dopo l'individuazione sono stati elaborati test di verifica per una più obiettiva e semplice applicazione pratica. Gli strumenti necessari per la realizzazione di tali test sono:

- a) una lavagna sufficientemente alta e possibilmente graduabile;
- b) un plinto dell'altezza di almeno cm. 80;
- c) un timer che ci fornisca i tempi di percorrenza degli ultimi 6 metri della rincorsa e di uno sprint di 20 m. con l'approssimazione del centesimo o del millesimo di secondo (n.d.r. Lo schema dell'impianto, messo a punto dall'ing. Beulke, è stato pubblicato sul n. 3 settembre 1973, della rivista).



Prova del test n. 6

## Metodo

Allorché compiamo un simile tipo d'analisi su un saltatore in lungo di qualsivoglia valore è logico porsi quesiti di tal genere: l'attuale velocità è corrispondente alle reali potenzialità? come è lo stacco? è consono alla forza orizzontale e a quella verticale? come si presentano le capacità di atterraggio? qual'è l'ammontare della forza statica nella semiaccosciata?

Il tecnico poi in base alle risultanze delle analisi elaborerà il più consono piano di lavoro.

Sino ad oggi quasi universalmente ci si è affidati all'empirico « colpo d'occhio » del tecnico, che palesemente concede un grosso margine alla possibilità d'errore.

Dalle risultanze dei test condizionali possiamo già prevedere le reali potenzialità del nostro atleta con una approssimazione, se tutto il sistema è applicato correttamente, del 95%. Per esempio, se nel test della massima elevazione (test n. 6, vedere in seguito) otteniamo un incremento di cm. 7, questi ci garantiranno un surplus in lunghezza di salto di circa cm. 40. Naturalmente questo è un discorso teorico poiché in pratica intervengono diversi elementi perturbatori. Comunque potremo ritenerci soddisfatti se solo sapremo tradurre in pratica al 70% le potenzialità emerse dai test condizionali. Al di sotto di questa percentuale i test non hanno più alcun valore indicativo e perdono del loro reale significato.

Questi sono i test approntati:

1. Determinazione del tempo di percorrenza di uno sprint di m. 20 con m. 30 di lancio, usando il timer millesimale.
2. Determinazione del tempo impiegato a percorrere i primi sei metri degli ultimi otto metri prima della tavoletta di battuta.
3. Con tre passi di rincorsa (par-



tendo a m. 15 circa dalla fossa di caduta) eseguire cinque balzi alternati (d - s) e successivi con chiusura a due gambe. Si misuri quindi la distanza compresa tra il primo stacco e l'impronta di atterraggio.

4. Eseguire un salto in lungo da fermi con partenza ed arrivo sulla medesima gamba (d o s).
5. Eseguire un salto in lungo, come per il test precedente, con la sola variante dell'arrivo in buca a due gambe. Tutte le misurazioni vanno prese considerando il tratto compreso tra l'impronta anteriore del piede di stacco e quella posteriore del o dei piedi di arrivo.

6. Con tre passi di rincorsa, partendo inclinati di 45° rispetto alla lavagna, staccare col piede di battuta e tracciare un segno alla sommità del salto. Si dovrà considerare lo scarto tra questa misura e quella tracciata da fermi a piedi uniti.

7. Partendo da un plinto, alto all'incirca m. 0,80, lasciarsi cadere in basso per poi repentinamente saltare verso l'alto a tracciare un segno sulla lavagna con la mano (d o s). Si avrà cura di arrivare al suolo su un solo piede ed anteriormente al plinto entro una zona compresa fra i m. 0,70 e m. 1.

8. Partendo dal plinto con un pas-

so di rincorsa e con stacco ad un piede ricadere in avanti al suolo col piede di battuta entro una zona compresa tra i m. 2,10 e m. 2,50. Di qui, senza alcuna sosta, eseguire un salto in lungo con arrivo a due gambe nella sabbia. Si calcolerà quindi la distanza compresa tra impronta di stacco e di arrivo.

9. Determinazione della massima forza isometrica delle gambe, cioè del massimo carico sopportabile nell'esercizio di semiacosciata a 90°.
10. Determinazione della lunghezza del salto ottenuto durante l'effettuazione del test n. 2.
11. Determinazione dell'economia dell'atterraggio specifico attraverso il confronto fra i test n. 4 e n. 5.

12. Determinazione delle condizioni di ammortizzamento col calcolo della differenza tra i dati ottenuti nei test n. 6 e n. 7.

Per mezzo di un complesso lavoro statistico si è tentato di accertare la reale incidenza esercitata da ognuno dei risultati ottenuti sulla specifica prestazione di salto. In sostanza si tratta di attribuire ad ogni test un più o meno alto valore di correlazione col gesto specifico.

A tale scopo quattro fondamentali qualità sono state individuate. Così possono essere sintetizzate in ordine di importanza:

1. Rapporto tra forza di stacco e ammortizzazione orizzontale, ov-

## DATI DI CIASCUN ATLETA

Nome e Cognome	Data di nascita	altezza	peso
<b>MASCHI</b>			
Molinaris Pier Carlo	16.9.51	1,76	70,5
Arrighi Carlo	24.9.47	1,83	75
Fontanella Domenico	6.2.49	1,75	65
Siena Antonio	10.6.55	1,72	63
Siega Maurizio	29.10.54	1,77	64
Hernandez Claudio	18.7.51	1,75	67,5
Lombardi Marco	22.4.50	1,81	75
Marchetti Enzo	24.3.51	1,83	77,5
Veglia Roberto	16.4.57	1,80	63
<b>FEMMINE</b>			
Fiori Loredana	13.2.47	1,69	60
Anselmi Carla	13.8.58	1,59	47
Bottiglieri Rita	29.6.53	1,72	61

## RISULTATI DEI TEST EFFETTUATI A SCHIO

MASCHI	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
Molinaris P.C.	1,975	0,649	19,19	2,49	2,54	0,86	0,60	3,43	137,5	7,20	0,05	0,26
Arrighi Carlo	2,013	0,646	17,81	2,33	2,47	0,64	0,42	3,10	120,0	6,34	0,14	0,22
Fontanella Domenico	*	*	19,97	2,68	2,73	0,78	*	3,31	*	*	0,05	*
Siena Antonio	2,046	*	18,13	2,37	2,48	0,82	0,61	3,24	*	*	0,11	0,21
Siega Maurizio	2,039	0,643	18,55	2,44	2,51	0,765	0,54	3,31	*	7,12	0,07	0,225
Hernandez Claudio	2,041	0,616	17,52	2,31	2,45	0,65	*	2,91	*	7,07	0,14	*
Lombardi Marco	2,093	0,654	18,38	2,32	2,47	0,73	0,46	3,22	137,5	6,20	0,15	0,27
Marchetti Enzo	2,158	0,674	18,44	2,21	2,29	0,66	0,435	3,31	130,0	6,22	0,08	0,225
Veglia Roberto	2,021	0,647	18,47	2,30	2,19	0,71	*	*	*	6,72	—0,11	*
<b>FEMMINE</b>												
Fiori Loredana	2,376	0,775	15,35	1,95	2,18	0,55	0,42	2,69	*	5,46	0,23	0,13
Anselmi Carla	2,432	0,807	12,95	2,00	2,06	0,49	0,34	2,37	60,0	4,96	0,06	0,15
Bottiglieri Rita	2,223	0,721	14,73	2,08	2,19	0,53	0,39	2,78	90,0	5,38	0,11	0,14

(\*) Test non effettuato.



Prova del test n. 8

vero tra fattori frenanti ed acceleranti allo stacco. Questa qualità è messa volutamente al primo posto per sottolineare la sua consistente importanza. Ciò ribadisce il fatto che il lunghista non è un velocista puro, bensì un saltatore che deve sapere armonizzare e fondere in battuta i momenti frenanti ed acceleranti. I test che conglobano questa prima qualità sono nell'ordine i nn. 4, 5, 3, 8 e 11.

2. Forza di stacco verticale. I test relativi sono il n. 6 e il n. 9.
3. Velocità motoria. I test relativi sono il n. 1 e il n. 2.
4. Capacità di ammortizzazione verticale. I test sono il n. 7 e il n. 12.

Se tali test vengono effettuati al termine della stagione agonistica la qualità elencata come terza passa al primo posto. Se al contrario vengono inseriti nel periodo di allenamento invernale il loro ordine rimarrà invariato.

#### Alcune esperienze dei ricercatori della Germania Federale

A titolo prettamente orientativo diamo qui di seguito le risultanze di alcuni test condotti nella Germania Federale.

N. del test	Valore medio riscontrato
1	2,029 sec.
2	0,623 sec.
3	18,41 m.
4	2,77 m.
5	2,88 m.
6	0,72 m.
7	0,58 m.
8	3,53 m.
9	3,69 m. <sup>(1)(2)</sup>
10	6,95 m. <sup>(2)</sup>
11	0,12 m.
12	0,14 m.

Al termine del periodo di preparazione invernale è necessario verificare il grado dei progressi delle singole quattro qualità. Questo ulteriore test potrà assumere questa veste pratica:

- 1ª Qualità: forza di stacco orizzontale = test n. 5;
- 2ª Qualità: forza di stacco verticale = test n. 6;
- 3ª Qualità: velocità = test n. 2;
- 4ª Qualità: ammortizzazione verticale = test n. 7.

L'esperienza pratica ci ha fornito delle risultanze che permettono di correlazione l'incremento nei risultati dei singoli test con il prevedibile corrispondente aumento della prestazione specifica di salto.

A titolo orientativo diamo qui di seguito alcune delle correlazioni più immediate. Un miglioramento di cm. 7 nel test n. 6 (forza di stacco verticale) lascia prevedere un aumento di circa cm. 40 nel salto in lungo. Uno di cm. 6 nel test n. 7 (ammortizzazione verticale), un incremento di circa cm. 20. Per lo sprint sui m. 20 riduzioni di millesimi di secondo sono significativamente probanti.

I dati che più aiuteranno il tecnico sono quelli scaturiti dai test n. 2 e n. 4. Il lasso di tempo più opportuno tra un controllo e l'altro è di almeno un mese. Per avere una uniformità dei risultati i test dovrebbero essere condotti rispettando le medesime condizioni ambientali e strumentali.

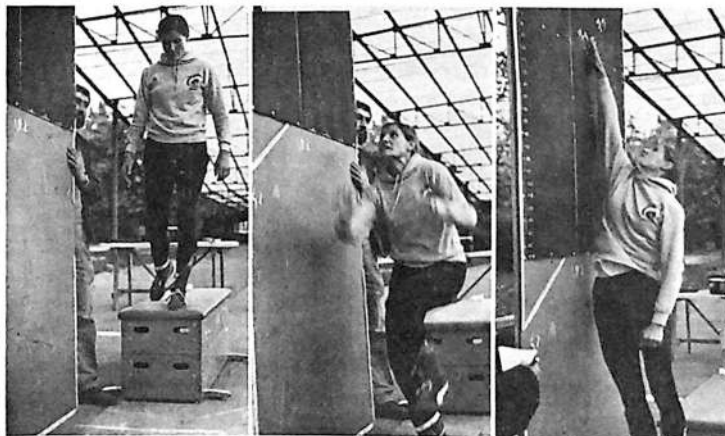
In vari Paesi si sta lavorando allo scopo di elaborare ulteriori serie di test per agevolare e rendere oggettivo, quindi meno empirico, il lavoro del tecnico.

Già da tempo nella Germania Democratica tali tipi di test, inseriti nei cicli d'allenamento, sono stati applicati con i risultati che tutti possiamo constatare.

(1) Questo valore è stato ottenuto applicando la seguente formula:  $\frac{F_i}{P}$ ; dove  $F_i$  = Forza isometrica massima in semiaccosciata a 90° e  $P$  = peso dell'atleta.

(2) Con valore minimo di m. 6,31 e massimo di m. 7,43.

(3) Questo dato è comunque fornito da una speciale macchina che direttamente registra la forza massima isometrica.



Prova del test n. 7.

# il confronto

di UGO CAUZ

## ENZO DEL FORNO

Enzo del Forno, classe 1950, è nato a Passignano di Prato, in provincia di Udine, il 24 gennaio da Irma ed Emilio Del Forno. Perito tecnico industriale metalmeccanico diplomato presso l'I.T.I. A. Malignani di Udine nel luglio del 1970. E' proprio in questa scuola che inizia l'attività sportiva del futuro primatista italiano. Nella primavera del 1967 infatti, durante una delle ricorrenti prove attitudinali per il salto in alto, valica la « favolosa » misura di m. 1,48 e scopre il gusto di volare verso l'alto. Scopre e verifica il facile esercizio del salto, il rapporto diretto tra struttura e potenzialità fisiche con la prestazione ottenibile. Capisce il problema al volo, da buon friulano qual'è.

Si butta a capofitto nella nuova attività, subito sul campo ad imparare i primi rudimenti, a soffrire le prime delusioni, a vivere i primi attimi di gioia. La sua progressione però non è delle più esaltanti: m. 1,75 alla fine del 1967 e m. 1,88 l'anno seguente.

Intanto parallelamente alla nuova attività intrapresa continua a giocare al football, nella squadra del suo paese, nel ruolo di portiere.

Il 1969 è un anno importante per Enzo. Trova e scopre (o è scoperto?) l'uomo col quale spartirà gran parte delle ore più e meno brillanti della sua carriera sportiva: il prof. Fausto Anzil. I due trovano un subitaneo accordo che presto si tramuta e si cementa in stima e fiducia reciproche, in consapevolezza di poter e voler arrivare in vetta. Nulla è lasciato al caso e nel giro di due anni Enzo è in grado di eguagliare la miglior prestazione italiana juniores con m. 2,11. Per la prima volta valica i m. 2,00 a Reggio Emilia in una competizione indoor (6.2.70) dove è 3° con m. 2,05.

Terminati gli studi si trasferisce a Bologna presso il locale Gruppo Sportivo dei Carabinieri. Nel 1970 subisce un infortunio al ginocchio destro. Tutto potrebbe probabilmente risolversi nel giro di qualche

settimana, ma stranamente lo si sottopone ad un faticosissimo «tour de force». In quelle condizioni non gli si concede nemmeno un turno di riposo, così da aggravare ulteriormente la lesione.

Termina amareggiato la stagione con m. 2,08, congedandosi dopo aver conquistato 2 titoli italiani militari e un 3° posto ai Mondiali militari di Turku in Finlandia (20 agosto).

Al suo ritorno ad Udine trova un ambiente rinnovato. Un gruppo di persone disposto a seguirlo scientificamente, una cerchia di tecnici intenzionata a fare le cose molto seriamente. Ad ottobre, dopo minuziosi accertamenti, è ricoverato presso l'Istituto Ortopedico Rizzoli di Bologna dove il primario dott. Luciano Bocanera gli asporta un menisco dal ginocchio destro e constata lo stiramento di tutti i legamenti collaterali interni. Tre mesi di inattività agonistica sapientemente interrotta solo da blandi esercizi di riattivazione dell'arto gli permettono di ritornare in piena efficienza per i nuovi appuntamenti sportivi. Un inverno di duro lavoro, una primavera di paziente rifinitura lo portano al meglio della condizione alle soglie delle competizioni olimpiche. Qui giunge con un primato personale di m. 2,16 e nel giro di due giorni, in qualificazione ed in finale, salta per ben due volte m. 2,15, piazzandosi al 10° posto fra l'élite mondiale.

Un'affermazione personale e del

suo tecnico davvero maiuscole ed un ulteriore e più consistente sprone verso il non lontano record italiano.

Il 1973 si apre con un'ulteriore prova di carattere agli europei indoor di Rotterdam, 9° con m. 2,14. Fa suo poi a Pordenone (14 marzo) il record italiano indoor superando m. 2,17. Quindi si sposa a S. Eufemia (Tarcento) con la signorina Renza Monte.

A Milano, il 26 giugno, in occasione dell'incontro con la Cecoslovacchia, valica l'asticella posta a m. 2,19, un centimetro in più di quanto aveva fatto Erminio Azaro (Rieti, 28.8.71). Poi in ottobre, a Verona, va oltre i m. 2,20 del nuovo record, ma purtroppo alla quarta prova quindi non valido perché ottenuto in esibizione. Tutto lascia prevedere e sperare che l'anno prossimo Enzo riuscirà ad infrangere in modo sostanzioso la barriera dei m. 2,20 e speriamo a piazzarsi tra i primissimi agli Europei di Roma.

Alcuni dati:

lungo da fermo: m. 3,40

Test di Abalakov: m. 0,91

Asta: m. 3,40

Disco: m. 38 (da fermo)

Accosciata max: 150 kg.

Squat 90°: 220 kg.

Peso: m. 13

Fosbury: m. 1,95

Frontale straddle: m. 2,00

Frontale all'italiana: 1,85.

### PROGRESSIONE

1967	1,73	1971	2,08
1968	1,88	1972	2,16
1969	1,95	1973	2,19
1970	2,11		

## RUSTAM AKHMYETOV

Rustam Akhmyetov è nato a Berdichev (Ucraina) nel 1950. Il vanto maggiore di questa cittadina russa è di possedere più saltatori in alto che calciatori. Il merito di ciò deve essere, senza alcun dubbio, attribuito a Victor Lonski già allenatore di Igor Matveev, Anatoli Moroz e Valeri Skvortsov.

Non certo dotato da « madre natura » (attualmente è alto m. 1,86), Rustam dall'età di 15 anni (era alto m. 1,65) si è tenacemente impegnato per vari anni in esercizi atti a migliorare la sua statura (yoga, esercizi in sospensione, dieta ricca di vitamina A e di olio di fegato di merluzzo). Come aneddoto si racconta che usasse scarpe due

numeri più grandi del necessario per favorire la crescita dei piedi. In campo internazionale si è rivelato vincendo le Spartakiadi dell'Unione Sovietica con m. 2,25 e quindi giungendo terzo ai Campionati Europei di Helsinki nel 1971 con m. 2,20.

Questa la sua PROGRESSIONE:

1967	2,03	1970	2,14
1968	2,08	1971	2,25
1969	2,09	1972	2,21

## Analisi parallela di Rustam Akhmyetov ed Enzo DelForno

considerazioni tecniche di FAUSTO ANZIL

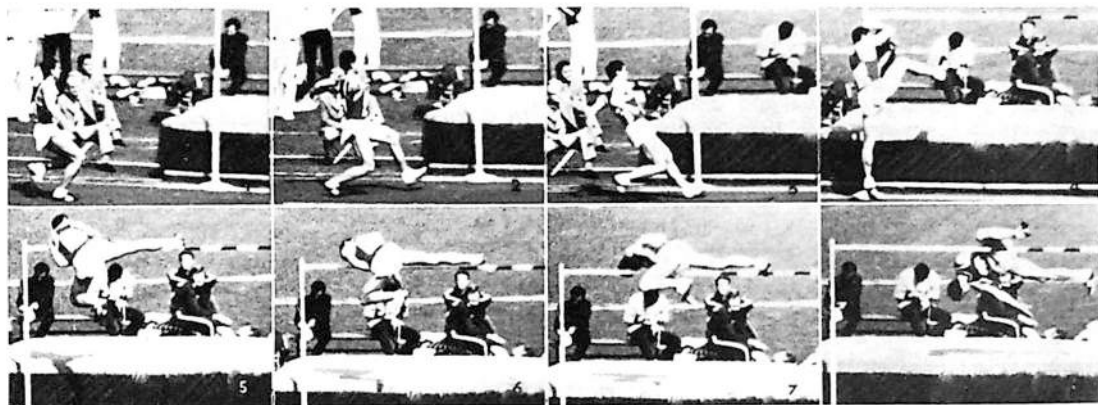
Per tecnica nel gesto sportivo s'intende: «un sistema speciale di movimenti contemporanei e susseguenti, basato su una organizzazione razionale di azioni reciproche dovute a forze interne ed esterne, che ha per scopo l'utilizzazione completa ed effettiva di questi stimoli per il raggiungimento del più alto risultato agonistico». (V.M. Djačkov, Soversenstovanie tehniceskogo masterstra sportsmenov)

L'analisi si basa su delle riprese filmate durante le Olimpiadi di Monaco, in fase di qualificazione sulla misura di m. 2,15. Akhmyetov brillante durante i Campionati Eu-

ropei di Helsinki (terzo con m. 2,20) ha deluso nella finale Olimpica (ottavo con m. 2,15). Del Forno assente agli Europei si presenta ai Giochi Olimpici senza particolari mire essendo reduce da una recente meniscotomia al ginocchio dell'arto destro (decimo con m. 2,15).

Pedana A: Rustam Akhmyetov (Urss) (\*)  
Pedana B: Enzo del Forno (Italia).

(\*) La ripresa cinematografica, a 64 fotogrammi al secondo, fu fatta in non perfetta simmetria per le due pedane, per cui certi particolari ne risultano modificati.



RUSTAM AKHMYETOV

Fig. 1: Sufficiente caricamento dell'arto destro, ma con le braccia forse leggermente in ritardo.

Fig. 2: Pregevole ampiezza del passo destro-sinistro in buona sincronia con gli arti superiori.

Fig. 3: L'inclinazione ci sembra secondo

i canoni, così pure la posizione del piede di stacco.

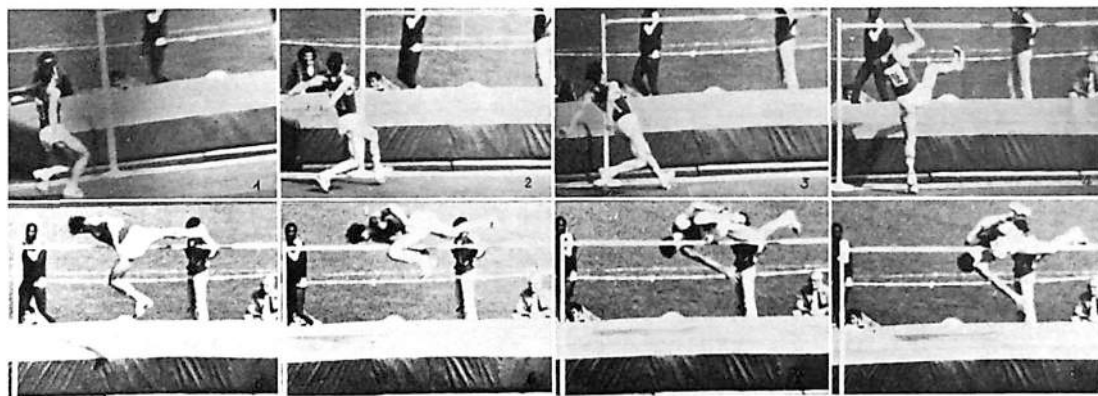
Fig. 4: Calcio-stacco buono, forse l'arto di slancio non tende completamente verso il proseguimento rettilineo della rincorsa.

Fig. 5: Movimento avvolgente sufficiente, sebbene ci sembri che le anche abbiano avuta poca accelerazione.

Fig. 6: Buona posizione, secondo la tecnica ortodossa orizzontale.

Fig. 7: L'azione raccolta ed il movimento mezzo tuffato della testa, con il corrispondente accorgimento del braccio sinistro molto vicino al corpo, danno esito positivo.

Fig. 8: Libero da tensioni il corpo sembra più plastico nella caduta.



ENZO DEL FORNO

Fig. 1: Tendenza a scivolare nella fase di caricamento con conseguente riduzione del passo destro-sinistro. L'azione delle braccia, a leva lunga, cercano di mantenere il giusto assetto all'indietro dell'asse lungo del corpo.

Fig. 2: Palese fretta nel togliere l'arto di caricamento non conseguente riduzione del passo destro-sinistro. L'azione delle braccia, a leva lunga, cercano di mantenere il giusto assetto all'indietro dell'asse lungo del corpo.

Fig. 3: Il corpo è già troppo verso il piano dei ritmi ed il piede di stacco è ancora a punta in «su», ciò obbliga l'atleta ad un tempo maggiore di stacco, ad una elevazione sopra l'asticella esagerata per la

misura da superare, con la possibilità di ricaderci sopra.

Fig. 4: In quest'esame statico l'azione di calcio-stacco sembra buona, rimangono pur sempre le riserve di ciò che può offrire l'analisi dinamica.

Fig. 5: Ritardo notevole dell'arto di stacco che non avrà più il tempo necessario (a misure maggiori) all'avvicinamento del piano dei ritmi e ciò pregiudicherà il superamento dell'asticella.

Fig. 6: Lo stacco ha erogato energia maggiore di quella occorrente per superare 2,15 nonostante ciò il ritardo dell'arto sinistro che si trova vicino al piano dei ritmi quando il corpo dell'atleta ha già superato la massima parabola ed è

in fase discendente farà sì che il ginocchio sinistro urti l'asticella.

Fig. 7: La fase di raccolta e il corpo sull'asticella crea dei motivi di squilibrio per cui il braccio sinistro sembra trovarsi oltre la gamba di svincolo e stando lontano all'asse lungo del corpo ne impedisce il suo movimento orizzontale.

Fig. 8: La finale olimpica è acquisita, ma la preoccupazione che tende la muscolatura in posizioni maldestre rimane.

N.d.R. Aggiungiamo, con piacere, che nella stagione 1973 Enzo Del Forno ha modificato molto ed in meglio il proprio bagaglio tecnico fino a raggiungere gli altisonanti risultati che sopra abbiamo riportato.



**D** — Quale giudizio dai sulla stagione appena terminata?

**R** — Per la verità quest'anno non sono mai mancato ad un grosso appuntamento. Contrattamenti invece sono capitati in gare appositamente approntate per migliorare il record italiano, ma certo anche l'attuale teoria della periodizzazione dell'allenamento prevede simili insuccessi.

**D** — Un tempo giocavi al football, perché l'hai abbandonato?

**R** — Ho giocato per lo più nel ruolo di portiere e solo occasionalmente come terzino. Ho dovuto a suo tempo lasciare l'attività specifica, con una punta di rammarico, perché troppo impegnato con l'atletica.

**D** — Che cosa ti ricorda il periodo dell'infortunio?

**R** — Ricordo un senso di struggente amarezza per non poter esprimere al meglio, ma anche una tenacissima volontà di recupero e di ripresa. Di grande aiuto mi è stato il prof. Luciano Boccanera che con tanta cura si è interessato a me durante il periodo di lenta ripresa. Ripresa che ha trovato la sua estrinsecazione agonistica a Genova (campionati italiani indoor del '71) con m. 2,00 (5°).

**D** — Cosa hai tratto dall'esperienza Olimpica?

**R** — Questa manifestazione viene già considerata come una ricompensa di tutti i sacrifici fatti da un atleta. A me è soprattutto servita come fattore psicologico perché ho imparato a reagire nei momenti duri. A Monaco sono rimasto inattivo sino a due giorni prima della qualificazione per una tendinite al piede sinistro, così da non poter svolgere, in tutto l'arco dei 22 giorni di permanenza, che 2-3 allenamenti. Sono andato però in pedana non con la psicosi della sconfitta, bensì con la ferrea volontà di qualificarmi.

**D** — Che cosa pensi dei tuoi avversari durante una competizione?

**R** — Certo tengo nella giusta considerazione il loro operato, ma per la maggior parte delle volte faccio la mia gara senza lasciarmi trasportare dai loro risultati. E' chiaro che anche a me è capitato, per svariati motivi, di variare la progressione di salti precedentemente approntata insieme al mio allenatore.

**D** — Che cosa provi dopo una gara?

**R** — Che sia andata male o bene mi capita di esser preso da un forte nervosismo che non mi lascia

per tutto il pomeriggio o la notte. Ormai mi conosco e cerco in tutti i modi di rilassarmi (training autogeno) rifugiandomi se possibile nella verde natura del mio paese.

**D** — Akhmyetov, Tarmak, Abramov e Major sono i migliori saltatori d'Europa del momento: cosa pensi di loro?

**R** — Fra questi ne citerei in particolare due per la loro classe pura e per l'ampio margine di miglioramento che hanno ancora dinanzi a loro. Abramov per il flop e Tarmak per lo straddle. Ho incontrato il primo al Meeting universitario di Torino (vinse lui) ed alle Universiadi di Mosca (vinsi io). Il secondo, sempre per me con esito negativo, alle Olimpiadi e subito dopo a Roma. Con Akhmyetov ho sempre vinto sia a Monaco che ai Campionati europei indoor di Rotterdam.

**D** — Chi ammiri di più?

**R** — Appunto Tarmak e Abramov.

## parla il primatista

**D** — A quale saltatore sei più vicino stilisticamente?

**R** — Senz'altro ad Akhmyetov perché pesante in rapporto all'altezza come lo sono io. Adotta comunque una rincorsa più fluida della mia, ma tutto sommato è quello che più mi rispecchia.

**D** — Che cosa pensi di lui?

**R** — Che è riuscito a perfezionarsi stilisticamente ad un livello molto elevato, ma lo considero un po' limitato per la sua non eccezionale struttura fisica.

**D** — Quali sono i tuoi pregi e difetti più evidenti?

**R** — Senza dubbio il mio pregio maggiore è la potenza frutto di un paziente lavoro di condizionamento fisico. Sono tuttavia carente nella rincorsa per un fattore di coordinazione. Peso anche troppo in relazione alla mia statura da « Watusso » ed è per questa ragione che ho bisogno di lavorare molto anche con i pesi, con richiami di forza, usando carichi vicini ai miei massimali, anche il giorno antecedente una competizione.

**D** — Quali sono i rapporti col tuo allenatore? Le doti che più ammiri

in lui? I difetti che gli attribuisce?

**R** — I nostri rapporti sono sempre stati molto franchi ed aperti, cioè qualsiasi problema (di carattere familiare, di lavoro, ecc.) è da noi vagliato e preso in considerazione congiuntamente. Lui adrenalinico com'è prende veramente a cuore qualsivoglia problema e sino a che non ne giunge a capo non si dà pace. Solo oggi posso comunque capire certi suoi atteggiamenti di insofferenza conoscendo più a fondo le reali condizioni in cui siamo costretti ad operare.

Un difetto invece, se possiamo chiamarlo così, è il non dare mai soddisfazioni al proprio atleta, cioè di non accontentarsi mai, anche se forse nel proprio intimo gioisce per i risultati ottenuti. In luogo dei soliti complimenti mi stimola con l'analizzare gli errori commessi, i difetti ancora da eliminare. Comunque il ruolo di Caronte, novello nocchiero della nostra nave, gli si addice.

**D** — Come giudichi la situazione ambientale in cui operi?

**R** — Con rammarico abbiamo dovuto constatare come si prometta facilmente e si agisca frammentariamente. Andrebbero rinnovati e messi a disposizione impianti moderni, non obbligandoci a fare le sedute dei pesi in una sottoscala o affidarci alla larghezza di vedute di qualche preside per poter saltare al coperto. Fortuna per noi atleti che qui a Udine abbiamo uno staff di tecnici veramente in gamba, che trovano il coraggio di portare avanti le loro problematiche sino ad alto livello. Solo la loro tenacia ha fatto sì che solo qui potessimo mettere a punto apparecchiature per l'elettrostimolazione e l'uso di « Video recording » per gli allenamenti.

**D** — Che lavoro svolgi?

**R** — Sono vigile sanitario, ispettore all'igiene alle dipendenze della Provincia presso il laboratorio di Igiene e profilassi di Udine.

**D** — Il matrimonio e la nascita di Ivan hanno mutato il tuo modo di vivere?

**R** — Certo, particolari cambiamenti sono avvenuti nel mio modo usuale di vita. Al mio ritorno da Oslo (semifinale di Coppa Europa) ho appreso la meravigliosa notizia della nascita di mio figlio alla quale per ovvie ragioni, si è associato un leggero calo di condizione fisica.

**D** — Riesci a conciliare bene atletica e famiglia?

**R** — Senza dubbio in questo momento le ore libere dopo il lavoro le

dedico all'atletica, sacrificando di conseguenza i miei familiari. Ho la fortuna comunque di aver trovato in Renza una moglie davvero comprensiva.

**D** — Quali sono i tuoi hobbyes?

**R** — La mia passione segreta sono i cavalli da corsa. Come amante della natura desidererei moltissimo possederne uno per poter scorazzare spensieratamente sulle verdi colline della mia zona. Purtroppo il fattore finanziario me lo impedisce. Comunque a parziale compenso, tengo a casa una nutrita varietà di altri animali (una quindicina di specie diverse).

**D** — Si diventa popolari con l'atletica?

**R** — Nel mio caso non direi, anche perché personalmente non condivido l'esasperata pubblicità di certi giornali attorno alcuni personaggi.

**D** — L'atletica ti ha dato qualcosa?

**R** — Devo sottolineare il fatto che l'atletica prima di tutto è sacrificio. Ben pochi divertimenti ho goduto in questi anni, ben poco spazio ho dovuto concedere alle spensieratezze giovanili. Se tornassi indietro tuttavia certamente imboccherei la strada che ho seguito sino ad oggi, perché soprattutto ho imparato a vincere me stesso. Ho potuto aver contatti con tanta gente che altrimenti non avrei mai potuto incontrare.

**D** — Quali sono i tuoi obiettivi per il '74?

**R** — In verità ve ne sono pochi. Tutto sarà in funzione dei Campionati Europei di Roma, per cui farò pochi altri incontri. L'attività indoor vorremmo fosse poco intensa, 4 o 5 gare compresi i Campionati Europei di Göteborg (con la speranza di entrare in zona medaglia).

**D** — Visto l'esempio di Mario Vecchiato ed il suo abbandono dell'attività d'alto agonismo, cosa prevedi per il tuo futuro di atleta?

**R** — Giustifico pienamente Mario poiché dopo aver ottenuto una tale misura di valore mondiale non vedo come avrebbe potuto continuare adattandosi al ruolo di comprimario. Dopo la fase attuale d'alto agonismo penso, comunque, di non abbandonare completamente l'esercizio. Continuerò a fare l'atletica come scelta personale, come costume di vita da me condiviso e accettato pienamente. Logicamente lontano dalle competizioni ad alto livello, come attività di mantenimento, vicino ai miei moltissimi amici dell'atletica.

# la partenza in piedi

dei proff. D. IONOV e G. CERNJAEV

dell'Istituto per la ricerca scientifica nello sport di Leningrado (Lesgaft)

a cura di SERGIO ZANON

Qualche tempo fa apparve sulla rivista « Sport all'estero » un articolo degli italiani Mengoni e Vittori dal titolo: « Di nuovo la partenza alta ». Gli autori sostenevano che la partenza bassa è molto innaturale per il corridore e raccomandavano due tipi di partenza alta, che a loro avviso, avrebbero dovuto essere molto più efficaci.

## Primo tipo di partenza (A)

Viene utilizzato soltanto un blocco per l'appoggio del piede posteriore e si trova circa 40 cm. dietro la linea di partenza. Il piede anteriore si appoggia sul terreno vicino alla linea di partenza. Al comando « pronti! » il corridore prende una posizione tale che l'angolo della gamba posteriore, al ginocchio, sia di circa 90°. Il peso del corpo è ugualmente ripartito sulle due gambe, le braccia sono flesse al gomito e tenute alternativamente avanti e in dietro come nell'azione di corsa, in senso opposto alla corrispondente gamba (se la gamba destra sarà avanti, il braccio destro sarà dietro e viceversa). Al comando « Via! » la gamba che sta avanti comincia il movimento del primo passo. In questa prima variante della partenza alta non è necessario che il corridore si lasci cadere in avanti. Al movimento di spinta è interessata soltanto la gamba che sta dietro.

## Secondo tipo di partenza (B)

Il primo blocco, con un'inclinazione di 45°, è posto a circa 5 cm.

dietro la linea di partenza; il secondo blocco, con un'inclinazione di 80°, 60 cm. dietro il primo. Al comando « Ai vostri posti! » il corridore prende la seguente posizione: la gamba anteriore viene piegata al ginocchio di 90-95°, la posteriore di 115-120°; l'inclinazione del busto è di circa 35° ed entrambe le braccia sostengono il busto appoggiandosi con le mani sul ginocchio della gamba anteriore. Al comando « Pronti! » le braccia assumono la posizione di corsa (se la gamba destra sta avanti, il braccio destro starà indietro e viceversa), mentre il resto del corpo rimane immobile.

Allo sparo la gamba posteriore spinge per prima, il baricentro del corpo si sposta in avanti e ciò facilita la spinta della gamba anteriore.

Nel suddetto articolo non era riportato alcun dato numerico ricavato dall'esperimento, ciò nonostante gli autori asserivano che l'adozione di questi tipi di partenze avrebbe portato il corridore ad iniziare la corsa più naturalmente ed avrebbe dato loro la possibilità di raggiungere, in un tempo più breve, la velocità massima.

Per verificare se ciò fosse veramente vero abbiamo condotto un esperimento cui parteciparono gli allievi dell'Istituto « Lesgaft » di Leningrado, (51 persone). Non tutti i partecipanti erano specialisti delle brevi distanze. Molti appartenevano ai settori lanci, salti e mezzofondo. La ricerca fu condotta utilizzando una pista in legno, al co-

GIOIELLERIA  
ARGENTERIA  
OROLOGERIA

**CROATTO GIOVANNI**

di WALTER CROATTO

UDINE

VIA DELLE ERBE 7 - TEL. 56659

perto. La velocità di corsa fu misurata con uno speciale apparato elettronico che dava il risultato dell'atleta a 10, 20 e 40 metri.

Ogni concorrente eseguiva tre prove per ogni tipo di partenza, compreso il tipo di partenza bassa (C). Nell'elaborazione dei dati fu tenuto conto soltanto del risultato migliore.

Nelle tabelle sottosegnate sono riportati i risultati dell'esperimento. Nella tabella 1 sono illustrati i valori medi riferiti a tutti i partecipanti alla prova. Come appare evidente, i migliori risultati sono stati ottenuti con la partenza bassa (C), mentre i peggiori con il tipo (A) di partenza alta.

Per l'analisi dell'incidenza della specializzazione dell'atleta sulla velocità di corsa, furono poi calcolati separatamente i dati riferibili a sprinter specializzati, con record personali da 10"7 a 11"2 sui 100 metri, dai dati degli altri atleti con record personali da 11"3 a 12"8. Si è dimostrato che nel gruppo di sprinter specializzati i risultati con la partenza bassa (C) sono stati molto più elevati che nelle prove con entrambi i tipi di partenza alta. I valori medi erano da 0,10 a

0,15 più elevati con la partenza bassa. Negli atleti senza attitudine alle specialità di sprint (Tabella 3), l'incidenza della partenza bassa risultava meno significativa: da 0,02 a 0,05.

In seguito alle risultanze di questo esperimento, le conclusioni presentate dagli italiani non possono essere confermate.

Dai dati si deduce anche che la differenza del rendimento tra partenza alta e bassa è tanto più piccola, quanto più scarsa è l'attitudine a sprintare dell'atleta. È possibile che i nostri colleghi italiani, nella loro ricerca, abbiano utilizzato soltanto corridori scarsamente adatti allo sprint.

In merito al tipo di partenza alta (B), con due blocchi, si deve tener presente quanto segue:

la posizione assunta dal corridore al comando «Pronti!» è così labile che il mantenimento dell'equilibrio senza la minima oscillazione del corpo è molto difficile. Perciò la possibilità di una sua adozione pratica in gara è pressoché nulla, data l'impossibilità di tenere immobili da 6 a 8 corridori prima del comando «Via!», come prescritto dal regolamento.

MESTRE 13 OTTOBRE 1973

## ultimo impegno stagionale

Avversato dal maltempo si è svolto al campo scuola di Mestre un interessante esagonale tra le quotate formazioni dei Carabinieri di Bologna, della Coin Mestre, della Pro Patria Milano, delle FF.OO. Padova, della Libertas Udine e del Cus Venezia. La classifica finale ha rispettato i pronostici della vigilia che volevano la squadra dei militi nettamente favorita, ma ha avuto qualche sostanziale sorpresa per le piazze d'onore. Il miglior dettaglio tecnico è stato realizzato dal mantovano Gianni Ronconi che ha corso i 110 ostacoli in 14"3.

Questo il dettaglio:

110 ostacoli: 1. Ronconi G. (Carab.) 14"3; 2) Andreatta (Coin) 14"8; 3) Cabrara (Pro Patria Mi) 15"1; 4. Rinaldo (Cus Ve.) 15"7; 5. Salvadego (FF.OO) 16"6; 6. Balsadella (Lib. Ud.) 18"1.

200 M.: 1. Morselli S. (Carab.) 22"3; 2. Bonfanti (Pro Patria) 22"6; 3. Maiorana (Lib. Ud.) 22"6; 4. Piccoli (Coin) 22"8; 5. Solda (Cus Ve.) 23"5; 6. Santarelli (FF.OO.) 23"6.

800 M.: 1. Rigoni F. (FF.OO.) 1'54"4; 2. Totani (Carab.) 1'54"9; 3. Zanutto (Cus Ve.) 1'56"3; 4. Bramuzzi (Lib. Ud.) 1'56"4; 5. Casanova (Pro Patria) 1'56"6; 6. Zanatta (Coin) 2'1"3.

Disco: 1. Sorato F. (Coin) 52,28; 2. Ferrini (Carab.) 49,10; 3. Mancinelli (Pro Patria) 43,60; 4. Mauro (Lib. Ud.) 41,66; 5. Varotto (FF.OO.) 39,54; 6. Bellati (Cus Ve.) 34,52.

Alto: 1. Piccolo M. (FF.OO.) 2,01; 2. Bergamo (Coin) 1,96; 3. Rosa Salva (Cus Ve.) 1,85; 4. Del Zotto (Lib. Ud.) 1,85.

100 M.: 1. Alemanni (Carab.) 10"8; 2. Tottoli (Pro Patria) 10"9; 3. Patti (FF.OO.) 11"1; 4. Poletto (Coin) 11"2; 5. Maschio (Lib. Ud.) 11"4; 6. Prosdocimo (Cus Ve.) 11"5.

1500: 1. Carraro P. (Carab.) 3'52"2; 2. Cantoreggi (Pro Patria) 3'53"4; 3. Pezzolo (F.OO.) 3'54"1; 4. Darlante (Coin) 3'55"1 e 2; 5. Gardelliano (Lib. Ud.) 4'13"2; 6. Sarasin (Cus Ve.) 4'22"1.

Giavellotto: 1. Rodeghiero V. (Coin) 71,86; 2. Casara (Lib. Ud.) 64,12; 3. Rossi (Carab.) 62,06; 4. Rigo (FF.OO.) 57,52; 5. D'Este (Cus Ve.) 47,76; 6. Danesini (Pro Patria) 40,82.

Peso: 1. Asta F. (Carab.) 17,34; 2. Sorato (Coin) 15,35; 3. Danesini (Pro Patria) 12,41; 4. Zulina (Cus Ve.) 11,70; 5. Mauro (Lib. Ud.) 11,36.

Triplo: 1. Buzzelli (Carab.) 13,77; 2. Sambo (Cus Ve.) 13,73; 3. Tortora (FF.OO.) 16 e 70; 4. Colombo (Coin) 13,11; 5. Buttazzoni (Lib. Ud.) 12,91; 6. Corda (Pro Patria) 12,51.

5.000: 1. Barbaro G. (Pro Patria) 14'35"1; 2. Grazzilli (Carab.) 14'53"3; 3. Massarutto (Coin) 15'5"3; 4. Duse (Cus Ve.) 15'23"1; 5. Ligas (FF.OO) 15'34"4; 6. Sacchi (Lib. Ud.) 16'18"4.

4x100: 1. Carabinieri (Allemani, Rossi, Pagano, Marselli) 41"8; 2. Pro Patria 42"8; 3. FF.OO. 43"5; 4. Lib. Udine 44"2; 5. Coin Mestre 44"3; 6. Cus Venezia 44"5.

CLASSIFICA PER SOCIETÀ:

1. Carabinieri Bologna p. 62; 2. Coin Mestre 48; 3. Pro Patria Milano 43; 4. Fiamme Oro Padova 41; 5. Libertas Udine 30; 6. Cus Venezia 29.

TABELLA 1

Tempo medio di corsa (Sec.) con l'adozione dei diversi tipi di partenze (tutti i concorrenti).

tipo di partenza	Metri della distanza		
	10	20	40
A	2"35	3"63	6"02
B	2"32	3"58	5"94
C	2"25	3"52	5"87

TABELLA 2

Tempo medio di corsa (Sec.) con l'adozione dei diversi tipi di partenze (sprinter con record personali da 10"7 a 11"2 nei 100 metri)

Tipo di partenza	Metri della distanza		
	10	20	40
A	2"29	3"51	5"80
B	2"28	3"51	5"78
C	2"18	3"38	5"65

TABELLA 3

Tempo medio di corsa (Sec.) con l'adozione di diversi tipi di partenze (atleti con risultati tra 11"3 e 12"8 nei 100 metri)

Tipo di partenza	Metri della distanza		
	10	20	40
A	2"36	3"66	6"08
B	2"34	3"62	6"02
C	2"31	3"60	5"97

# classifiche stagionali italiane

## 100 METRI

10''2	P. Mennea (nato nel 1952)
10''3	L. Benedetti (1951)
10''4	V. Guerrini (1950)
10''4	F. Ossola (1950)
10''4	A. Maccacaro (1953)
10''5	P. Carrara (1950)
10''5	N. Olliosi (1945)
10''5	S. Morselli (1952)
10''5	G. Lai (1946)
10''5	P. Centaro (1949)
10''5	C. Cialdi (1947)
10''5	S. Curini (1953)
10''5	S. Rasori (1953)

## 200 METRI

20''5	P. Mennea (1952)
20''8	L. Benedetti (1951)
21''1	F. Ossola (1950)
21''3	P. Abeti (1948)
21''4	S. Morselli (1952)
21''4	R. Maroldi (1954)
21''5	M. Fiasconaro (1949)
21''5	M. Sala (1955)
21''5	P. Centaro (1949)
21''5	G.L. Cellerino (1944)
21''5	A. Genovese (1955)
21''5	G. Andreotti (1953)
21''5	G. Rosi (1950)

## 400 METRI

46''6	M. Fiasconaro (1949)
46''8	P. Abeti (1948)
46''9	G. Puosi (1946)
47''1	C. Trachello (1949)
47''3	G.L. Cellerino (1944)
47''5	R. Maroldi (1954)
47''5	A. Di Guida (1954)
47''5	S. Bello (1942)
47''6	F. Borghi (1952)
47''8	A. Costa (1948)

## 800 METRI

1'43''7	M. Fiasconaro (1949)
1'47''3	F. Arese (1944)
1'48''7	V. Fontanella (1953)
1'49''2	G. Riga (1952)
1'49''2	F. Dal Corso (1948)
1'49''2	A. Diamante (1951)
1'50''1	R. Jacolina (1952)
1'50''5	C. Grippo (1955)
1'50''6	R. Savarese (1949)
1'50''7	F. Totani (1951)

## 1500 METRI

3'36''8	F. Arese (1944)
3'39''3	G. Del Buono (1943)
3'40''8	F. Dal Corso (1948)
3'43''9	G. Riga (1952)
3'44''3	A. Diamante (1951)
3'44''3	G. Trambaiolo (1951)
3'45''1	L. Zarcone (1950)
3'45''6	F. Fava (1952)
3'46''6	A. Tomasini (1952)
3'47''2	V. Fontanella (1953)

## 5000 METRI

13'30''4	G. Del Buono (1943)
13'44''8	G. Cindolo (1945)
13'46''2	A. Tomasini (1952)
13'56''0	G. Ardzzone (1947)
13'56''6	G. Barbaro (1950)
13'56''8	L. Zarcone (1950)
13'59''0	F. Fava (1952)
14'06''0	A. Mangano (1950)
14'07''6	F. Arese (1944)
14'08''4	R. Gervasini (1947)

## 10.000 METRI

28'49''6	G. Cindolo (1945)
29'10''0	A. Mangano (1950)
29'16''2	G. Ardzzone (1947)
29'30''8	F. Fava (1952)
29'34''4	L. Zarcone (1950)
30'04''0	M. Vaiani-Lisi (1950)
30'06''4	A. Pezzoli (1948)
30'06''8	L. Bigatello (1953)
30'09''0	G. Buttà (1946)
30'10''6	C. Solone (1953)

## 3000 SIEPI

8'28''8	F. Fava (1952)
8'47''0	A. La Mantia (1950)
8'48''4	L. Carnicelli (1947)
8'51''2	U. Risi (1940)
8'52''4	F. Tota (1947)
8'53''2	B. Bertolin (1943)
8'53''6	G. Roncelli (1952)
8'56''2	G. Grotter (1946)
8'56''8	E. Cantoreggi (1952)
8'57''2	M. Vaiani-Lisi (1950)

## 110 OSTACOLI

13''7	S. Liani (1943)
13''8	G. Buttarì (1951)
13''9	M. Acerbi (1949)
14''0	G. Ronconi (1952)
14''1	G. Werth (1951)
14''1	L. Arrighi (1952)
14''2	L. D'Onofrio (1948)
14''2	D. Milano (1950)
14''3	S. Catasta (1950)
14''3	T. Venturi (1951)

## 400 OSTACOLI

50''7	D. Giovanardi (1950)
51''1	G. Ballati (1946)
51''2	R. Maroldi (1954)
52''3	F. Felici (1954)
52''5	V. Chiapatti (1952)
52''6	A. Cattaneo (1954)
52''7	F. Mazzetti (1951)
53''0	S. Sperandio (1951)
53''0	F. Zorn (1955)
53''2	E. Colli (1951)
53''2	R. Mancini (1951)
53''2	V. Pincolini (1954)

## ALTO

2,19	E. Del Forno (1950)
2,16	G.M. Schivo (1949)
2,13	G. Ferrari (1956)
2,10	C. Cattaruzza (1954)
2,10	L. Bianchi (1954)
2,10	R. Bergamo (1955)
2,08	W. Nonino (1955)
2,08	R. Ricci (1954)
2,08	S. Canella (1951)
2,08	L. Papa (1950)
2,08	B. Bruni (1955)

## AGTA

5,25	R. Dicnisi (1947)
5,20	S. Fraquelli (1952)

5,00	G.V. Ponticutti (1947)
4,80	C. Di Addezio (1953)
4,70	G.P. Gaspari (1954)
4,70	R. Noretto (1952)
4,70	G.P. Cargnelli (1952)
4,70	C. Aprà (1948)
4,60	R. Nasciuti (1951)
4,60	G.C. Serra (1947)
4,60	R. Ciarrocchi (1956)

## LUNGO

7,72	P.C. Molinaris (1951)
7,64	C. Arrighi (1947)
7,57	M. Siega (1954)
7,49	D. Fontanella (1949)
7,48	A. Stefanelli (1954)
7,47	G. Modena (1954)
7,43	P. Santoro (1945)
7,40	R. Veglia (1957)
7,38	I. Fozzi (1948)
7,32	G. Gasparini (1954)
7,32	F. Oldani (1955)
7,32	G. Ghiusa (1955)

## TRIPLO

15,89	E. Buzzelli (1951)
15,81	R. Mazzuccato (1954)
15,70	A. Maselli (1950)
15,57	C. Moretti (1951)
15,49	R. Consorte (1954)
15,45	G.L. Canata (1954)
15,25	G.F. Ferrari (1949)
15,19	C. Marchetti (1951)
15,15	D. Fontanella (1949)
15,10	M. Piochi (1956)

## PESO

19,02	M. Sorrenti (1941)
18,70	F. Asta (1946)
18,07	A. Gropelli (1946)
17,24	M. Montelatici (1953)
17,10	P. Marconcini (1949)
16,38	E. Berta (1942)
16,18	F. De Nadai (1949)
15,91	G. Fioravanti (1952)
15,79	G. Felice (1950)
15,76	M. Ferroni (1946)

## DISCO

63,86	S. Simeon (1945)
61,94	A. De Vincentis (1943)
55,76	F. Sorato (1950)
54,50	G. Brandizzi (1943)
54,30	M. Tirinnanzi (1947)

53,84	P. Bordignon (1950)
52,94	F. Grassi (1950)
52,46	M. Botti (1955)
52,44	G. Marangon (1949)
52,18	G. Rastelli (1954)

## MARTELLO

67,70	F. De Boni (1947)
65,24	O. Barbolini (1946)
63,92	E. Podberschek (1949)
62,38	M. Vecchiato (1948)
60,84	R. Pini (1950)
60,46	G. Guarnelli (1945)
60,24	G. Salvaterra (1953)
59,96	M. De Piccoli (1954)
59,84	G. Nonino (1949)
59,42	W. Bernardini (1944)

## GIAVELTON

77,36	R. Cramerotti (1947)
76,12	G. Pappalardo (1946)
75,22	V. Rodeghiero (1942)
73,20	D. Rossi (1949)
73,08	R. Varotto (1953)
72,96	A. Pellegrini (1953)
72,22	R. Aicardi (1950)
68,98	M. Capaiuolo (1946)
68,46	V. Marchetti (1955)
68,14	U. De Franzoni (1949)

## DECATHLON

7079	G. Modona (1954)
7359	M. Bettella (1948)
6784	E. Banfi (1950)
6765	D. Faraggiana (1950)
6735	M. Frasca (1944)
6704	C. Barberi (1952)
6680	R. Dionisi (1947)
6674	R. Rossetto (1955)
6632	G. Savaresi (1951)
6420	G. Berto (1949)

## MARATONA

2,19'41''	G. Cindolo (1945)
2,20'02''	I. Tentorini (1950)
2,22'48''2	U. Risi (1940)
2,24'17''	F. De Menego (1944)
2,24'24''4	F. Amante (1946)
2,24'31''8	L. Acquarone (1930)
2,24'33''4	A. Angeletti (1951)
2,24'55''8	L. Conti (1937)
2,25'23''0	M. Binato (1940)
2,25'44''6	G. Buttà (1946)



NOI SIAMO PRONTI...

**facchinelli**  
gioielliere - trento

...PER L'IDEA NATALE '73



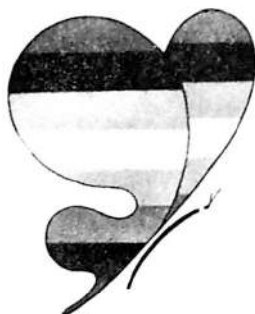
# Trentino Alto Adige

## primati regionali assoluti maschili

Gara	Tempo o misura	Atleta e Società	Località	Data
100	10"7	Jacob Luigi - U.S. Quercia	Piacenza	19.4.54
200	22"0	Cavalieri Tullio - U.S. Quercia	Forlì	6.6.61
		Cavalieri Tullio - U.S. Quercia	Bolzano	11.5.61
		Cicciariello Mario - U.S. Quercia	Torino	24.9.61
400	47"8	Cagol Marco - Pol. Fiamma	Trento	24.9.72
800	1'53"2	Porto Baldassarre - A.T.A. Battisti	Torino	22.9.50
		Lanzi Mario - G.S. Battisti	Milano	30.6.51
		D'Incà Bruno - U.S. Quercia	Milano	25.4.64
1500	3'53"2	D'Incà Bruno - U.S. Quercia	Valcz	1.8.66
5000	14'20"2	Geier Hermann - S. SV. Bolzano	Grosseto	30.7.68
10000	30'17"6	Geier Hermann - S. SV. Bolzano	Bologna	9.7.67
20000	1'04'55"4	Gretter Primo - S.G. Tridentum	Trento	14.5.72
110 Hs.	14"6	Worth Georg - S. SV. Bolzano	Bolzano	1.10.72
400 Hs.	52"6	Giordani Carlo - U.S. Quercia	Roma	14.7.70
3000 siepi	8'55"6	Gretter Primo - S.G. Tridentum	Izmir	26.9.71
Alto	2,07	Raoss Giorgio - U.S. Quercia	Bolzano	10.6.73
Lungo	7,26	Cavalieri Luigi - U.S. Quercia	Bolzano	29.6.66
Tripio	14,88	Cont Mauro - A.T.A. Battisti	Bologna	19.10.69
Asta	4,70	Dionisi Renato - S.S. Benecense	Olstìn	9.8.64
		Righi Aldo - S.S. Benecense	Pisa	11.8.66
Peso	15,68	Menz Norberth - S.C. Merano	Insbruch	30.6.71
Disco	50,00	Mareso Gianni - S.A. Bolzano	Riva sul Garda	20.6.70
Giavellotto	73,22	Cramerotti Renzo - U.S. Quercia	Odessa	25.9.66
Martello	58,62	Salvaterra Gianni - A.T.A. Battisti	Milano	7.10.72
Decathlon	punti 6.509	Colombo Vittorio - S.S. Benecense	Riva	23-24.10.71
		11"6; 6,03; 14,58; 1,98; 57"5; 17"4; 42,28; 3,80; 59,00; 5'30"7		
Ora su pista	km. 18,460	Gretter Primo - S.S. Tridentum	Trento	14.5.72
Marcia 10 km.	46'09"7	Moggio Roberto - A.T.A. Battisti	Trento	11.11.49
Marcia 2 ore	km 18,469	Decet Alberto - SG. FF.OO.BZ	Bolzano	18.4.71
4x100	42"8	Cavalieri, Senoner, Giordani, G. Cicciariello - U.S. Quercia	Trento	19.5.53
4x200	1'30"3	De Pellegri, Santi, Girolidi, Santi - Pol. Fiamma	Castelfranco V.	6.9.71
4x400	3'20"4	De Pellegri, Santi, Cagol, Girolidi - Pol. Fiamma	Milano	12.10.71
4x800	8'00"7	A.T.A. Battisti	Milano	1952
4x1500	16'37"8	Bianchi G., Rossi, Tomasini, D'Incà - U.S. Quercia	Bolzano	19.4.70
		Innerebner, Mulser, Andergassen, Pircher - Laufer Club	Milano	3.10.71

## primati regionali assoluti femminili

100	12"0	Zangirolami Silvana - S.A.F. Bolzano	Bolzano	12.9.71
200	24"1	Zangirolami Silvana - S.A.F. Bolzano	Trento	8.10.72
400	54"3	Zangirolami Silvana - S.A.F. Bolzano		1.10.72
800	2'10"0	Mutschlechner Cristina - S. S.V. Brunico	Roma	9.73
1500	4'36"4	Gretter M. Grazia - Pol. Fiamma	Bergamo	18.6.1972
3000	10'09"8	Egger Waltraud - S.C. Merano	Trento	26.5.1973
110 Hs.	14"7	Bigarello Carla - S.A.F. Bolzano	Roma	8.7.71
Alto	1,63	Eppacher Elisabetta - S.S.V. Brunico	Trento	12.5.73
		Bachlechner Barbara - S. S.V. Brunico		
		Bigarello VCarla - S.A.F. Bolzano		
Lungo	5,46	Ferrari Cristina - A.T.A.F. Trento	Trento	26.5.73
Peso	11,62	Ghiorelli Gina - S.A.F. Bolzano	Bolzano	11.9.66
Disco	41,43	Netzbant Maria - S.C. Merano	Budapest	21.8.55
Giavellotto	34,06	Pupp Brigitt - S.A.F. Bolzano	Padova	3.10.54
Pentathlon	punti 3.378	Bigarello Carla - S.A.F. Bolzano	Bolzano	2.6.72
4x100	48"5	Roni, Rossi, Zanetti, Zangirolami - S.A.F. Bolzano	Insbruck	31.5.73
4x200	1'45"3	Trovò, Bigarello, Roni, Zangirolami - S.A.F. Bolzano	Trento	22.4.72
4x400	4'02"0	Plaicner, Mutschlechner A., Niedermaier, Mutschlechner C. - S. S.V. Brunico	Milano	3.10.71
4x800	9'46"8	Niedermaier, Mutschlechner M., Mutschlechner A., Mutschlechner C. - S. S.V. Brunico	Milano	2.10.71
4x1500	20'46"8	Franceschini, Fedel, Pedrotti, Gretter - Pol. Fiamma	Milano	3.10.71



tuttoscuola  
tempolibero

fondisti  
ginnasti  
discesisti



**voltolini sport**

trento - via manci 134 - galleria garbari



## LAMBERTIN SPORTIVO

sport market di lamberto favella  
33100 udine  
via paolo sarpi 12 tel. 0432 55216

## MILANO ASSICURAZIONI

## O. CHIORBOLI

UDINE - VIA MERCATOVECCHIO 11  
TELEFONO 22184

**SERIETA' - PRECISIONE - COMPETENZA**

**STABILIMENTO: VIA MILAZZO 3 - NEGOZIO: PIAZZA LIBERTA' 9**  
Ditta iscritta all'Albo Nazionale Fornitori Ministero della Difesa

TELEFONI:  
22116 Negozio  
57986 Stabilimento



C/C: Banca del Friuli - Cassa di Risparmio  
C/C Postale 24/20466 Udine  
C.C.I.A.A. Udine n. 122507

**MATERIALI PLASTICI GONFIABILI PER SPIAGGIA E CAMPEGGIO, BATTELLI FUORIBORDO - DISTINTIVI** per squadre sportive - Labari e materiale reclamistico, custodie, buffetteria, ecc. - **ACCESSORI PER UNIFORMI** - tutto per la divisa: FF.AA., musiche, collegi, ecc. - **BANDIERE** nazionali ed estere, labari comunali, per Associazioni d'Arma, ecc.

## F.LLI BONORA UDINE

**RICAMIFICIO PROPRIO**

## olimpionico

## TUTTO PER LO SPORT

UDINE - VIA STRINGHER 2/C - VIA SAVORGNANA 14 - TEL. 53789

# il salto con l'asta

UGO CAUZ



prezzo L. 2.000

per eventuali richieste rivolgersi:

**EDIZIONI ATLETICA LEGGERA**

20146 MILANO - Piazza Frattini 19

**MAGLIERIA  
INTIMA  
SPORTIVA**



**IGIENICA  
ELASTICA  
ETERNA**

*la Furlana*

## BANCA DEL FRIULI

**SOCIETA' PER AZIONI - FONDATA NEL 1872**

(iscritta al n. 2 del Registro Società Commerciali presso il Trib. di Udine)

**Sede Soc. e Dir. Gen.: Via Vittorio Veneto, 20 - Udine**

**Sede Centrale: Via Prefettura, 11 - Udine**

**Telefoni 53551 - 62841 - 65841 - Telex 46152 FRIULBAN**

Capitale sociale L. 1.000.000.000

Riserve L. 3.842.500.000

69 DIPENDENZE 11 ESATTORIE Operanti nelle provincie di  
UDINE - TRIESTE - PORDENONE - GORIZIA - VENEZIA - TREVISO e BELLUNO

- Istituto interregionale di credito
- Banca Agente per il commercio con l'estero
- Tutte le operazioni e servizi di banca
- Operazioni in titoli
- Mutui quinquennali ordinari
- Prestiti speciali e tasso agevolato per:

- L'AGRICOLTURA
- L'ARTIGIANATO
- LA MEDIA E PICCOLA INDUSTRIA
- IL COMMERCIO
- L'INDUSTRIA ALBERGHIERA E TURISMO

Servizi di cassa continua e di cassette di sicurezza presso la Sede Centrale e le principali Filiali